

# طب یونانی میں نیا انقلاب

(حصہ اول)

حکیم محمد قنیق (ملک)

کتاب خانہ طب | Facebook



صابری یونانی شفا خانہ



نزدکلاں مسجد، 20/1، پستی حضرت نظام الدین، نئی دہلی-13 (انڈیا)

# طبِ یونانی میں نیا انقلاب

{ حصہ اول }

# طبِ یونانی میں نیا انقلاب

{ حصہ اول }

تحریر

حکیم محمد توفیق (علیگ)



صابری یونانی شفا خانہ

نزدکلاں مسجد، 20/1، ہستی حضرت نظام الدین، نئی دہلی-13 (انڈیا)

ایجویشنل پبلیشنگ ہاؤس، دہلی

# طبِ یونانی میں نیا انقلاب

{ حصہ اول }

تحریر

حکیم محمد توفیق (علیگ)



صابری یونانی شفا خانہ

نزدکاًں مسجد، 20/1، بستی حضرت نظام الدین، نئی دہلی-13 (انڈیا)



کتاب خانہ طب | Facebook

ایجویشنل پبلیشنگ ہاؤس، دہلی

## TIBBE UNANI MEIN NAYA INQALAB

by

Hakeem Mohammad Taufeeq (Alig.)

Year of 1st Edition 2009

Price Rs. 35/-

نام کتاب	:	طب یونانی میں نیا انقلاب
مصنف	:	حکیم محمد توفیق (علیگ)
سن اشاعت اول	:	۲۰۰۹
سرورق	:	رحمن گرافکس، دہلی
بہ اہتمام	:	ڈاکٹر شفیع ایوب (جے۔ این۔ یو۔)
قیمت	:	35 روپے / سعودی 3 ریال / امریکی 1 ڈالر
مطبع	:	عفیف آفسیٹ پرنٹرز، دہلی۔ ۶

*Published by*

**EDUCATIONAL PUBLISHING HOUSE**

3108, Gali Vakil, Kucha Pandit, Lal Kuan, Delhi-6 (INDIA)

E-mail: [info@ephbooks.com](mailto:info@ephbooks.com), [ephdelhi@yahoo.com](mailto:ephdelhi@yahoo.com)

Website: [www.ephbooks.com](http://www.ephbooks.com)

## فہرست

صفحہ	مضمون	نمبر شمار
9	مقدمہ — طب یونانی میں نیا انقلاب	1
12	ضروری گزارش	2
13	◁ طب یونانی کی بنیاد	
13	◁ معالجین کے لئے خصوصی ہدایات	
15	طبیہ کالج کے فارغین کیوں نہیں کرتے یونانی علاج ؟	3
15	◁ صدیوں پرانی غلط فہمی	
16	◁ شفا کاراز	
16	◁ اخلاط	
16	مزاج کی پہچان	4
16	◁ سوداوی مزاج	
16	◁ صفراوی مزاج	
17	◁ بلغمی مزاج	
17	دوائوں کی مقدار خوراک و اوقات	5
18	بلڈ پریشر کا کم ہونا	6
18	بلڈ پریشر کا بڑھنا	7



20	پیٹ کی بیماریاں	8
20	قبض	9
20	قبض کی قسمیں	
21	صغراوی قبض	
21	سوداوی قبض	
22	باغی قبض	
22	نزله	10
22	نزله باغی (نزله مرد)	
23	نزله صغراوی (نزله گرم)	
23	نزله سوداوی (نزله خشک)	
24	گردے مٹانے کی بیماریاں	11
25	گردے مٹانے کا ورم	12
25	گردوں کا فیل ہونا	13
26	شوگر	14
27	شوگر کے علاج کے بارے میں عام غلط فہمی	
28	موٹا پاؤ جوڑوں کا درد	15
29	اسہال اور پیچش	16
29	صغراوی پیچش	
30	باغی دست	
30	مردوں کے جنسی امراض	17
30	جریان	
31	احلام	

- 31 < سرعت انزال
- 32 < ضعف باہ
- 33 < خوبصورت کیسے بنیں؟ 18
- 33 < چہرہ کی خوبصورتی کے لئے
- 34 < بالوں کی خوبصورتی کے لئے
- 34 < بال خور دوسرے ایگزیمہ کے لئے
- 34 < ناخنوں کیلئے
- 34 < خوبصورتی کا سب سے بڑا دشمن
- 35 < کتاب میں دی گئی دواؤں کے اجزاء و افعال و خواص 19
- 35 < گلوکوہرب (پاؤڈر)
- 35 < کڈنی کیور (میرپ)
- 36 < کڈنی کیور (گولیاں)
- 37 < تریاق اصغر (سٹوف)
- 37 < اکسیر بلڈ پریشر - ۱ (گولیاں)
- 38 < اکسیر بلڈ پریشر - ۲ (گولیاں)
- 38 < معجون مفرح قلب و جگر
- 39 < صفر الیکس (گولیاں)
- 40 < حب سوزش (صفر اوی)
- 40 < یوروہرب (پاؤڈر)
- 41 < ٹائم (پاؤڈر)
- 42 < اکسیر نزلہ (صفر اوی)
- 42 < حب مقوی اعصاب (گولیاں)



- 43 < تریاق نزلہ بلغمی (گولیاں)
- 43 < شیرشای (گولیاں)
- 44 < فیٹ اینڈ بین آؤٹ (گولیاں)
- 44 < نیور وہارٹ (سٹوف)
- 45 < ہیزگارڈ (لوشن)
- 46 < حسن بے مثال (ہربل بیوٹی پاؤڈر)
- 47 < اکسیر نزلہ (بلغمی)
- 47 < تریاق ہیضہ
- 47 < اکسیر سگرہنی
- 47 < سٹوف ساق
- 47 < حب سعال (صغراوی)
- 48 < اکسیر نزلہ (سوداوی)
- 48 < سودا لیکس (گولیاں)
- 48 < تریاق احتلام
- 48 < سٹوف خبازی



## طب یونانی میں نیا انقلاب

ویسے تو ملک میں جگہ جگہ یونانی (دلیسی علاج) کرنے والے بے شمار دواخانے موجود ہیں۔ لیکن اس وقت اکثر حکماء، ڈاکٹروں کی طرح علاماتی علاج کر رہے ہیں۔ اکثر اطباء، مرض کے اصل سبب و مریض کے مزاج کو سمجھے بغیر صرف بیماری کے نام پر علاج کر رہے ہیں جو طب یونانی کے اصول کے خلاف ہے۔ مثلاً نزلہ، قبض، گیس و سیکس وغیرہ کی دوائیں۔ اس طرح کے علاج میں کبھی تو مریض کی قسمت سے دوائیں ٹھیک تجویز ہو جاتی ہیں اور مریض کو فائدہ ہو جاتا ہے اور کبھی مریض کے مزاج کے خلاف ہوتی ہیں تو فائدہ کے بجائے اکثر زبردست نقصان ہوتا ہے۔

صابری یونانی شفاخانہ آج سے تقریباً 30 سال قبل حکیم محمد توفیق (علیگ) (گریجویٹ ان یونانی میڈیکل سائنس، علی گڑھ مسلم یونیورسٹی) کی سرپرستی میں قائم ہوا۔ طب یونانی کی اصل روح یعنی مزاج پر مبنی علاج کو صابری یونانی شفاخانہ نے روزِ اوّل سے رواج دیا ہے۔ مرض کی علامات کے بجائے مرض کے اصل سبب کی پہچان پر حکیم صاحب دوا تجویز کرتے ہیں۔ آج یہ دواخانہ نہ صرف ہندوستان، بلکہ درجنوں غیر ممالک میں بھی اپنی طبی خدمات انجام دے رہا ہے۔ امریکہ، برطانیہ، جنوبی افریقہ اور سعودی عرب جیسے ممالک سے بڑی تعداد میں مریض اس علاج سے فائدہ اٹھا رہے ہیں۔

صابری یونانی شفاخانہ کا یہ تاریخ ساز کارنامہ ہے کہ اس نے اس غلط فہمی کا ازالہ کیا ہے جس میں طب یونانی کو صرف سیکس کے علاج تک محدود سمجھا جاتا تھا۔ لوگوں میں یہ زبردست غلط فہمی تھی، اس غلط فہمی کو پھیلانے میں کچھ نیم خواندہ حکماء کی بھی ملی جگت رہی ہے۔

صابری یونانی شفاخانہ نے سر سے پیر تک تقریباً ہر بیماری کا کامیاب علاج کر کے اس غلط فہمی کو کافی حد تک دو کر دیا ہے۔ اپنی ان چند خصوصیات کی بناء پر صابری یونانی شفاخانہ، برصغیر ہندوپاک میں یونانی طریقہ علاج

میں ایک نئے انتداب کا قیام ہی کیا ہے۔ حکیم محمد رفیع (حلیہ) اپنی تقریروں اور تقریروں کے ذریعہ دوسرے اطباء کو بھی ترغیب دیتا رہے ہیں کہ طب یونانی کی اصل روح یعنی مزاجی علاج کی طرف لوٹیں۔ کیونکہ یہی طب یونانی کی بقا اور صحت مند و شافی علاج کے لئے ضروری ہے۔ عام آدمی مزاج و علامات کے فرق کو نہیں سمجھ سکتا۔ مندرجہ ذیل مثال سے یہ فرق اچھی طرح واضح ہو جائے گا۔

ایک مریض طیب کے پاس آ کر اپنا حال بیان کرتا ہے کہ اسے اجابت مساف نہیں ہوتی، جھوک نہیں سکتی، دینے میں تھکن و بھاری پن رہتا ہے وغیرہ۔ طیب مریض کے ان حالات پر غور کر کے بتاتا ہے کہ یہ مرض قبض ہے۔ مریض نے مندرجہ بالا جو حالات بتائے ہیں وہ تو علامات ہیں اور طیب نے جو مرض تشخیص کیا ہے یعنی قبض، یہ مرض ہے۔ یہ قبض کوٹھی غلط (سودا، صغرا، دقیم) کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے اس کا پتہ لگانا یہ مزاج ہے۔ اسی طرح باقی تمام بیماریوں کی مثال ہے۔ جیسے: نزہ، دمہ، کھانسی، ہنڈ پریش، کردہ و جگر کی بیماریاں، الرسی، جوڑوں کا درد، بلورقوں و مردوں کے جنسی امراض، و پیت کے دیگر امراض وغیرہ لیکن آج کل مزاج سے ناواقف نیم حکیموں کا حال یہ ہے کہ مرض گیس کا اور علاج سیکس کا کر رہے ہیں۔

**غلط فہمی :** اکثر عوام یہ سمجھتے ہیں کہ دیکھی علاج سب جگہ ایک جیسا ہی ہوتا ہے بہت سے مریض یہ کہتے ہوئے بھی ملتے ہیں کہ ہم نے تو دیکھی علاج بھی کرا کر دیکھ لیا۔ یاد رکھیں جیسا ہم نے اوپر مثال دے کر سمجھایا ہے کہ دیکھی علاج کی کامیابی کا راز چینی، انگریزی نسخوں، قیمتی دیرے جو اہرات و خامدانی مخرجات میں نہیں بلکہ مرض کی صحیح تشخیص اور مریض کے مزاج کے مطابق مناسب دینی دواؤں، غذاؤں اور پرہیز میں ہے۔

**دوسری غلط فہمی :** یہ پھیلتی ہوئی ہے کہ دیکھی علاج دیر میں فائدہ کرتا ہے یہ بھی بالکل غلط ہے۔ یہ غلط فہمی ایسے نیم حکیموں کی پھیلائی ہوئی ہے جو فائدہ نہ ہونے کے باوجود بھی مریض کو زیادہ سے زیادہ وقت تک اپنے چنگل میں پھنسائے رکھنا چاہتے ہیں ورنہ دیکھی علاج (بشرطیکہ مزاج کے مطابق ہو) انجیکشن کی طرح تیز اثر اور ماں کے دودھ کی طرح مفید اور بے ضرر ہوتا ہے جو پرانی سے پرانی بیماری کو بھی جڑ سے ختم کر دیتا ہے۔

**نوٹ :** مذکورہ بالا حالات کو دیکھتے ہوئے ہم نے ہم چلائی ہے کہ عوام یونانی طریقہ علاج کی اصل روح کو سمجھ کر اپنا داپنے اہل و عیال کا علاج قدرت کی عطا کردہ دیکھی دواؤں سے ہی کرائیں اور جہاں تک ہو سکے

انگریزی دواؤں سے بھیجیں، کیونکہ یہ دواؤں کو ایک تکلیف دہ باقی میں ڈال دیتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس سے  
 یہ اثر کرتی ہیں۔ لیکن مشکل یہ ہے کہ آج کل ہمارے میں جو دواؤں کو دستیاب ہیں یا ان کے استعمال میں وہ یہ نہیں کرتے  
 ہیں وہ حالات پر مبنی دواؤں ہوتی ہیں۔ مزاج پر مبنی دواؤں کو ہی دستیاب ہیں، اس کے علاوہ اس میں ڈاکٹر ویتیم  
 مزاج پر مبنی دواؤں کو کہاں سے لائیں ایک تو بہت ہی اصلی جڑی بوٹیوں کا یہ مشکل اور سہل کرنے کے ذریعہ اور  
 مشینی دواؤں میں ہر ایک کیلئے ان کا حاصل کرنا اور پھر تیار کرنا مشکل ترین ہے۔ ان دواؤں کے علاوہ اس کے علاوہ اس میں  
 صابری بوہائی شفا خانہ نے مزاج پر مبنی دواؤں کو تیار کی ہیں اور مزاج کے مطابق دواؤں دینے کے لئے آسان طریقہ  
 سے ہدایت بھی دی ہیں تاکہ ہر عام و خاص اس سے فائدہ اٹھائے۔ خاص طور پر نئے طبقہ اور چھوٹے چھوٹے  
 ڈاکٹر جو مزاج کے مطابق دواؤں دینے میں پریشانی محسوس کرتے ہیں ان کے لئے مزاج کے مطابق دواؤں کو تیار  
 کرنے اور دواؤں دینے میں آسانی ہو۔

فقط

حکیم محمد توصیف

مینيجر: صابری بوہائی شفا خانہ

صدر: آل انڈیا بوہائی طبی کانگریس

پتھر و گھٹ، اعلیٰ اعلیٰ

☆☆

## ضروری گزارش

اس مختصر سی کتاب ”طب یونانی میں نیا انتخاب“ کے پہلے حصہ میں بندہ نے طب کا کالج کے فارغین و یونانی میں دلچسپی رکھنے والے دیگر عوام کو عام فہم و مختصر انداز میں طب یونانی کے بنیادی اصول یعنی مزاج اور اس کے اصول پر مبنی دواؤں کا تعارف کرایا ہے میں یہ نہیں کہتا کہ سارا طب یہی ہے بلکہ یہ طب کا دروازہ ہے اس مختصر سی کتاب میں بہت محدود بیماریوں کا مزاج کے مطابق تعارف و علاج دیا گیا ہے انشاء اللہ آئندہ بیماریوں اور دواؤں کے بارے میں لکھوں گا۔ تمام اطباء سے میری درخواست ہے کہ جہاں تک ہو سکے وہ خود بھی اپنی دواؤں میں تیار کرنے کی کوشش کریں صرف دوا ساز کمپنیوں کے محتاج نہ رہیں۔

ہر ایک طبیب کو چاہئے کہ وہ عوام سے جڑے کیونکہ کسی بھی طریقہ و علاج کی کامیابی عوام کے جڑنے سے ہی ہے اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ عوام کو کیسے جوڑیں؟ جواب:- دیکھئے خاص تقریروں و تحریروں سے تو عوام جڑینگے نہیں عوام کو جوڑنے کا سب سے آسان طریقہ ہے ”مفت طبی کیمپ“ یعنی کبھی کبھی حکیم ڈاکٹر اپنے مطب پر یا اور کہیں مریضوں کو مفت دوائیں تقسیم کریں اس طرح عوام یہاں کرنے والے حکیم ڈاکٹروں کی طرف تیزی سے متوجہ ہونگے اور مفت طبی کیمپ پر ہونے والا خرچ بھی بہت جلد پورا ہو جائیگا۔ ہمارا شفا خانہ بھی اس سلسلے میں آپ کی رہبری کرنے کے لئے تیار ہے۔ خادم نے آل انڈیا یونانی طبی کانگریس (نئی دہلی) کے ساتھ مل کر بہت سے مقامات مثلاً دہلی، ممبئی، لکھنؤ، حیدرآباد اور میسور وغیرہ جیسے بڑے شہروں میں ایسے مفت طبی کیمپ لگائے ہیں اور یہ سلسلہ آج بھی بدستور جاری ہے۔ امید ہے ہمارے سبھی بھائی جو طب یونانی کے فروغ کے لئے کوشاں ہیں اس کام کو آگے بڑھا کیجئے۔ اس سے آپ کی بھی ترقی ہوگی اور طب یونانی کو بھی فروغ ملے گا۔

فقط

خادم طب

حکیم محمد رفیع (ملک)



## طب یونانی کی بنیاد

طب یونانی کی بنیاد اخلاط اور مزاج پر ہے یعنی کس مزاج اور مرض کے لئے کوئی دوا، فائدہ مند ہے اور کوئی نہیں۔ اس کتاب میں دواؤں کے مزاج کے بارے میں تفصیل سے بتایا گیا ہے ساتھ ہی مزاج کی پہچان بھی آسان طریقہ پر دی گئی ہے۔ طب کی عام کتابوں میں اخلاط و مزاج کا فلسفہ دیا گیا ہوا ہے کہ عام آدمی کے لئے دوا کا سمجھنا مشکل ہے۔ ہم نے اپنی چھوٹی سی کتاب "طب یونانی میں نیا انقلاب" میں اخلاط اور مزاج کو آسان سمجھنے اور سہل طریقہ پر سمجھایا ہے کہ طب یونانی میں معمولی دلچسپی رکھنے والا آدمی بھی آسانی سے سمجھ سکتا ہے۔ دیکھیں مزاج کرنے والوں کے سامنے ایک پریکٹس یہ ہے کہ مزاج پر مبنی دوا گئیں (مرکبات) بازار میں بہت کم ملتی ہیں اور دواؤں کا خود تیار کرنا اس مصروفیت کے دور میں اور بھی مشکل کام ہے۔ معالجین کی اس مشکل کو حل کرنے کے لئے ہم نے مزاج پر مبنی دوا تیار کرائی ہیں۔

## معالجین کے لئے خصوصی ہدایات

کہ میاب علاج کیلئے تمام معالجین کو چاہئے کہ مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کریں

- (1) آنے والے مریض کو کچھ دیر آرام کرائے کے بعد نبض دیکھیں کیونکہ چل کر آنے پر نبض تیز ہوتی ہے۔
- (2) مریض پریشانی کی حالت میں ہوتا ہے لہذا اس سے نرمی اور محبت سے بات کریں۔
- (3) مریض چاہے جتنی تازگی حالت میں ہوا سکے سامنے مایوسی اور ڈر آنے والی بات نہ کریں کیونکہ طبییب کا کام مریض کو تسلی دینا ہے ڈرانا نہیں۔
- (4) چھپے تشخیص مکمل کریں اور جہاں تک ممکن ہو شروع میں مریض کو بہت کم دوا دیں یعنی صرف ایک یا دو دواں، اس ایک دوا کی دہرہ کھانے پر مریض کی حالت سے اندازہ ہو جائے گا کہ تیسری تشخیص و تجویز کتنی ہے یا



نہیں؟ یہ علامہ اگر تشخیص و تجویز صحیح ہے تو بلغمِ بعدی مریض کو اس مختصر دوا سے بھی فائدہ محسوس ہوگا۔ اگرچہ مدد نہ ہو یا مرض میں کچھ اضافہ ہو جائے تو طبیب اپنی تشخیص و تجویز اور غذا و دوا پر توجہ زیادہ بار آور کریں۔ مثلاً ایک باطنی نزلہ کا مریض ہے اور طبیب نے غلطی سے صغریٰ نزلہ کے مطابق دوا دی تو مرض کم نہیں ہوگا بلکہ زیادہ ہو جائیگا اس صورت میں مزاجی علاج کے ماہِ طبیب کو اپنی غلطی کا فوراً احساس ہو جائیگا اور وہ اپنی تشخیص و تجویز پر غور کر کے باطنی نزلہ کے مطابق مزاج شروع کر دے گا۔ اس طرح بہت جلد صحیح تشخیص ہو جائے گی اور ہر طرح کے علاج سے مایوس پرانے دھڑکے ہوئے مریض بھی خیرت انگیز طور پر صحت یاب ہو جائیں گے۔

(5) مزاج کو چاہئے کہ مریض کا جو مزاج تشخیص کیا ہے اسکے مطابق دوا دیں ساتھ ہی احتیاط کے طور پر مخالف مزاج کی دوا بھی دیں تاکہ کسی وقت مریض کے مزاج میں اچانک تبدیلی آنے پر وہ اس دوا کا استعمال کر سکے۔

مثلاً: ایک مریض عابد کو پیٹ میں درد، جلن، قبض، زرد پیشاب، بھن کے ساتھ بد ہوا ہے یہ علامات صغریٰ کی زیادتی کی ہیں اب طبیب مریض کی اس صغریٰ حالت کے مطابق قاطع صغریٰ جیسے تریاق صغریٰ صغریٰ وغیرہ دوا کریں دیں۔ جب تک جسم میں صغریٰ (گرمی) کی زیادتی رہے گی ان دواؤں کے ذریعہ مریض کو بہت تیزی سے فائدہ محسوس ہوگا۔ صغریٰ کی مقدار خون میں کم ہو جائے گی تو بلغم کی مقدار بڑھ جائیگی یعنی جب گرمی کم ہونے پر سردی بڑھ جائیگی تو مریض میں سردی کی علامات جیسے زکام ہونا، ناک سے پانی بہنا اور چھینٹیں وغیرہ شروع ہو جائیگی۔ جب مریض میں یہ کیفیت پیدا ہو جائیں تو مندرجہ بالا دوا نہیں بند کریں۔ یہ دوا نہیں بند کرنے پر تھوڑے وقت کے بعد یہ سردی والی علامات بھی خود بخود ٹھیک ہو جائیگی اور مریض اپنے آپ کو بالکل ٹھیک محسوس کریگا اگر کسی وجہ سے یہ سردی والی علامات جلدی دور نہ ہوں تو مریض کو قاطع بلغم دوائیں جیسے تریاق نزلہ باطنی نمبر-3 (سنوف) وغیرہ کی کچھ خوراکیں کھلائیں امید ہے مریض فوراً ٹھیک ہو جائیگا۔ اسلئے طبیب کو چاہئے کہ دور کے مریض کو دوا دیتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ موجودہ مخصوص مزاج کی دوا کے ساتھ مریض کو دوسرے مزاج کی دوا بھی دیں تاکہ مزاج بدلنے پر وہ اسے استعمال کر کے مکمل صحت یاب ہو سکے جسکی مثال اوپر دی جا چکی ہے۔ یعنی اگر مریض کو ٹھنڈی دوائیں دی گئی ہیں تو وقت ضرورت کے لئے گرم دوائیں بھی ساتھ دیں اور اگر گرم دوائیں دی گئی ہیں تو وقت ضرورت کے لئے ٹھنڈی دوائیں بھی ساتھ دیں۔ اللہ اللہ کامیابی آپ کے قدم چومے گی۔

## طبیبہ کالج کے فارغین کیوں نہیں کرتے یونانی علاج؟

سچی طبیبہ کالج کے فارغین یا غیر فارغین کی دلی تمنا ہوتی ہے کہ وہ اپنے کئی مریضوں کا علاج یونانی (ایسی دواؤں) کے ذریعہ کریں لیکن صحیح رہبری نہ ہونے کی وجہ سے یہ حکیم یا کانی علاج اختیار کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ ہم نے اس کی کودور کرنے کیلئے عالمی پیمانے پر ایک تحقیق چلائی ہے اس کے ذریعہ یونانی علاج میں دلچسپی رکھنے والے حضرات کو طبیب یونانی کے بنیادی اصولوں کی مفت جانکاری دی جائیگی۔ یہی بنیادی اصول دیکھی علاج کی کامیابی کی کنجی ہیں۔

### صدیوں پرانی غلط فہمی

طب کی بہت سی قدرت اور مرکبات کی کتابوں میں اکثر کسی مضر دوا یا مرکب کی تعریف میں لکھا ہوتا ہے کہ مصلح اخلاط اور بعد، یا فاعلاں دوا، تمام اخلاط کو ٹھیک کر کے بدن کو طاقت و صحت و طہارتی بہ دیتا ہے۔

**یاد رہے:** تمام اخلاط کا مزاج ایک دوسرے کے مخالف ہے جیسے فہم کا مزاج سرد ہے تو صفراء کا مزاج گرم خشک اور سودا کا مزاج سرد خشک ہے۔ اب آپ ہی غور فرمائیں کہ کیا کوئی ایک دوا یا دواؤں کا مرکب ایسا ہو سکتا ہے جو ایک ہی وقت میں گرم بھی ہو اور ٹھنڈا بھی ہو خشک بھی ہو اور تر بھی ہو؟ ہم گز نہیں یہ قانون قدرت کے خلاف ہے۔ دنیا میں کوئی بھی شے ایک وقت میں ایک ہی مزاج پر ہوگی مثلاً آگ ہمیشہ گرم رہے گی اور برف یا پانی ٹھنڈا رہے گا۔ جب یہ دونوں شے ایک جگہ ملیں گی تو اپنی خاصیت کھو دینگی یعنی اگر آگ پر ٹھنڈا پانی ڈالا جائے تو بھیہ کر ٹھنڈی ہو جائیگی اور آگ کے رابطہ میں آنے پر ٹھنڈا پانی گرم ہو جائیگا۔ اسی طرح طبیب یونانی میں علاج کا اصول ہے یعنی کسی مریض میں علامات تو بہت ساری اور مختلف قسم کی ہو سکتی ہیں لیکن بنیادی مزاج ایک ہی ہو گا وہ چاہے بلغمی ہو یا سوداوی ہو یا صفراوی۔ اسلئے مریض کو ایک وقت میں جو دوائیں دی جائیں وہ بھی ایک ہی مزاج کی ہونی چاہئیں۔ سچی حکیم ذاکڑوں سے میری درخواست ہے کہ وہ اس اصول پر دوائیں تیار کر کے مریضوں کو دیں اور مالک حقیقی کی قدرت کا تماشا دیکھیں۔ ہماری (ساری یونانی شفا خانہ کی) پیش کردہ تمام دوائیں اسی اصول پر تیار کی گئی ہیں۔

طبیب یونانی کے مندرجہ بالا اصول یعنی مزاج کے مطابق دی گئی دوا بطور سے نیچے اترتے ہی فائدہ دکھاتا

شروع کر دیتی ہے اور معالج و مریض دونوں کو حیرت میں ڈال دیتی ہے امید ہے کبھی معالجین ان دواؤں کو استعمال کر کے بندہ ناجیز کو اپنے تجربات و مشورہ سے آگاہ فرمائیں گے۔

### شفا کا راز

یاد رکھیں کہ شفا کا راز پیری فیکری نسخوں خامدانی بھریات اور ہیرے جواہرات میں نہیں بلکہ مزاج پر مبنی صحیح دیکھی دوا، غذا اور پرہیز میں ہے۔ کوئی بھی حکیم یا ڈاکٹر اس اصول کو سامنے رکھ کر مریض کو مزاج کے مطابق مناسب دیکھی دوا، غذا اور پرہیز کرائے گا تو مالک حقیقی سے امید ہے کہ ضرور بالضرور شفاء ہوگی، دولت و شہرت دونوں ملیں گی۔ کیونکہ طب یونانی میں علاج کا دار و مدار مریض کے مزاج کی صحیح تشخیص پر ہے اور مزاج بنتا ہے اخلاط سے لہذا مزاج کو سمجھنے سے پہلے اخلاط کو سمجھنا ضروری ہے۔

### اخلاط

اطباء نے اخلاط کی تعداد چار مانی ہے (1) سودا، (2) صفرا، (3) بلغم (4) دم (خون) لیکن جدید تحقیقات سے یہ معلوم ہو چکا ہے کہ خون خود اخلاط کا مرکب ہے لہذا بنیادی طور پر اخلاط تین ہی ہیں یعنی سودا، صفرا اور بلغم۔

### مزاج کی پہچان

ویسے تو مزاج کی اقسام بہت ہیں لیکن ہم غوام کی سہولت کو سامنے رکھتے ہوئے تین حصوں میں تقسیم کر رہے ہیں۔

**سوداوی مزاج :** سودا کا مزاج سرد خشک ہے۔ خون میں سودا کی زیادتی ہونے پر جسم میں سردی خشکی کی علامات پائی جاتی ہیں جیسے: پیشاب سرخی مائل، قبض شدید، نبض کی رفتار تیز اور طویل، پیشاب کی کمی، مردوں میں کثرت احتیام، جسم کے کسی حصہ سے خون کا اخراج، دوائے گرمی میں پتھری، پردھیت (پیشاب کے گدو گدوں کا بڑھنا)، مانٹھ لیا، نیند نہ آنا، جنون، مجر توں میں استساضہ، مہینہ کی زیادتی اور اختناق الرحم وغیرہ۔

**صفراوی مزاج :** صفرا کا مزاج گرم خشک ہوتا ہے۔ خون میں صفرا کی زیادتی ہونے پر پیشاب زردی مائل جلن کے ساتھ ہوتا ہے، کبھی بہت کثرت سے اور کبھی بہت کم، گھبراہٹ، پیٹ میں جلن، ہاتھوں بیروں میں جلن، ہاکیں گرمی میں پتھری، جگر کی خرابی، یرقان، ہاتھوں بیروں کا سونا، مردوں میں سرعت انزال، بند پریش کا بڑھنا یا کم ہونا، پتھری، مروڑ، خارش اور پتی کا اچھلنا وغیرہ۔ صفراوی نبض سوداوی نبض کے

مطابق ہے میں کم سخت اور کم طویل ہوتی ہے۔ تبہ اکثر دو اٹھویں میں محسوس ہوتی ہے۔

**بلفمی مزاج:** خلط بلفم کا مزاج سرد تر ہے۔ ثنوں میں بلفم کی زیادتی نے پے مریض کے اندر رطوبات کا غلبہ بڑھ جاتا ہے۔ پیشاب کا بار بار آنا، پانی جیسا رنگ ہونا اور زیادہ ہونا بلفمی کمزور مریض اور پانی میں ڈوبی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ بلفمی مزاج کے مریضوں میں اکثر زکام جھکٹیں کم کا درد، جوڑوں کا درد، کھجی قبض اور کھجی پانی جیسے دست، بلفمی دم، بلفمی کھانسی، بلذ پریش کالم ہونا، دل کا ڈوبنا، دماغ پر غمورتوں میں مہینہ کالم ہونا یا رند ہونا، کثرت سیلان الرحم، مردوں میں ضعف باہ، جرباں، بچوں میں انی دست اور بخار دلیہ ویناریاں ہوتی ہیں۔ بلفمی مزاج والے مریضوں کی بیماریاں گھنٹہ سے بڑھتی ہیں اور گرم خشک دوا، موسم میں کم ہوتی ہیں اسلئے گرم خشک موسم بلفمی مزاج والے مریضوں کے لئے بہت اچھا ہوتا ہے۔

### دواؤں کی مقدار خوراک اوقات

دواؤں کے ساتھ جو مقدار خوراک اور وقت لکھا ہوا ہوتا ہے یعنی کتنے وقفہ سے دی جائیں وہ مریض کی عام حالت کی مناسبت سے ہوتا ہے۔ خصوصی حالات یعنی مرض کی شدت کے مطابق دوا کی مقدار خوراک اور اوقات بدل جاتے ہیں۔ مثلاً بلذ پریش کالم مریض ہے یا بلذ پریش بہت زیادہ نہیں ہے تو اکسیر بلذ پریش نمبر-1 و نمبر-2 کی 1-1 گولی دن میں دو سے تین مرتبہ ہی کافی ہے ایمر جنسی کی حالت میں یعنی اگر بلذ پریش بہت زیادہ ہے یا ایک گولی دینے سے فائدہ کم ہوتا ہے تو دونوں میں سے 1-1 گولی 4-4 گھنٹہ کے بعد۔ جیس کر 15-15 منٹ کے وقفہ سے بھی دے سکتے ہیں۔ فائدہ ہونے پر دوا کا وقفہ بڑھادیں یعنی زیادہ دیر کے بعد کھلائیں۔ اسی طرح گردہ درد میں گردہ کی دوا، کڈنی کیور، معدہ کے درد، قے یا انی وغیرہ کی حالت میں تریاق امصر کھلائیں۔ ٹھیک ہونے پر بھی کچھ دنوں تک غذا، دیر پر ہیز کا خاص خیال رکھیں۔

**نوٹ خاص:** (1) ہماری سبھی دواؤں میں مزاج پر مبنی ہیں اسلئے دوا شروع ہوتے ہی مریض کے اندر بہت تیز تبدیلی آتی ہے یہی وجہ ہے کہ مزاج پر مبنی دیکھی علاج انجیکشن کی طرح تیز اثر اور ماں کے دودھ کی طرح مفید اور بے ضرر ہوتا ہے جو پرانی اور پیچیدہ بیماریوں کو بھی بہت جلد نکال دیتا ہے۔

(2) طیب کو دوران علاج اس بات کا خیال رکھنا چاہئے کہ جب مریض کے مزاج میں تبدیلی آجائے تب مزاج کی تبدیلی کے مطابق دوا تبدیل کریں یا دوا روک دیں۔



## بلڈ پریشر کا کم ہونا Low Blood Pressure

**اسباب:** انفکشن، الرجی، ٹیٹس، اچانک کسی بری خبر کا سننا جیسے کسی عزیز کا انتقال یا کوئی حادثہ وغیرہ، اسکے علاوہ پیٹ کی خرابی، جین، ایسڈٹی، کسی انگریزی کی زبردستی یا مزاج کے خلاف دوا کا استعمال، قے یا دستوں کے ذریعہ جسم میں پانی کی کمی ہو جانا یا بدن سے خون کا زیادہ اخراج وغیرہ اہم اسباب ہیں۔ جسم میں کسی غلط (خصوصاً اعصاب) کی کمی یا زیادتی سے بلڈ پریشر کم یا زیادہ ہو سکتا ہے۔

**علامات:** بدن میں سستی و کمزور، اٹھتے بیٹھتے پکڑ آنا، بلڈ پریشر کے انتہائی کم ہونے پر بے ہوشی بھی ہو جاتی ہے۔

**علاج غذائی:** سادگی، سبزی روٹی، دودھ، پھل، دلیہ وغیرہ۔

**علاج دوائی:** پہلے مرض کے صحیح سبب کا پتہ لگائیں اسکے بعد مریض کے مزاج کے مطابق دوا، غذاء و پرہیز کا اہتمام کرائیں تاکہ اسے امید ہے ضرور شفاء ہوگی۔ مریض کا مزاج اگر بلغمی ہو یا کوئی اور مرض جیسے الٹی و سست، زکام یا بیماری کے بعد کی کمزوری ہو تو صابری نیور و ہارٹ آدھا یا ایک گرام دن میں ایک سے تین مرتبہ اور مرض کی شدت میں 15 سے 30 منٹ کے وقفہ سے بھی دے سکتے ہیں۔

**پرہیز:** مرغ، مصالحے، گوشت، انڈو وغیرہ۔

**نوٹ:** اگر مریض کو صغراء کی زیادتی سے قبض، ایسڈٹی، پیٹ، معدہ، پیشاب وغیرہ جلن کی شکایت ہو تو صابری تریاق اصغر 1-1 گرام دن میں 3-4 مرتبہ کھلائیں، قبض کے لئے صغراء لیکس دو گولی رات کو یا صبح و شام مریض کی حالت کے مطابق کھلائیں۔

## بلڈ پریشر کا بڑھنا High Blood Pressure

آج کل بلڈ پریشر کا مرض دن بدن تیزی سے بڑھتا جا رہا ہے۔ اب تو یہ مرض بوڑھوں کے ساتھ تو جوانوں کو بھی اپنی لپیٹ میں لے رہا ہے۔ بڑے بڑے اسپتال و نرسنگ ہوم بھی اس کو کنٹرول کرنے میں ناکام ہیں۔ بلڈ پریشر کا حملہ اکثر اچانک ہوتا ہے اور کبھی کبھی تو اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض کو اسپتال تک پہنچنے کی مہلت بھی نہیں ملتی۔ اس کے علاوہ انگریزی طریقہ علاج میں بلڈ پریشر کا کوئی شافی علاج بھی نہیں ہے۔ ڈاکٹر مریض کو

اندگی بھر جانا نہ دیا کھانے کی حدایت کرتے ہیں۔ اس کے باوجود بھی اکثر ہلڈ پریش کا عملہ بوجہ تائید۔ ہلڈ پریش  
ان انگریزی دواؤں کو زیادہ مدت تک کھانے سے ان دواؤں کے منفی اثرات کی وجہ سے اور بہت سی بیماریاں پیدا  
ہو جاتی ہیں۔ ہلڈ پریش کی اکثر دواؤں میں مریضوں میں مضمی کمزوری بھی پیدا کرتی ہیں۔

**اسباب :** انگریزی دواؤں کا زیادہ استعمال ہمارے مریضوں کی زیادتی اور چھٹی چیزیں۔ پکوانے،  
موسے، ملائی، شیا کا کھانے پینے میں استعمال ہونے والی شراب نوشی کی کثرت، چائے، کافی، کوئلہ، گیس، پان، تہا کو،  
بیزی، سگریٹ، گڑکا وغیرہ کا آرام کی زندگی گزارنا اور ورزش نہ کرنا کھانا ملاوٹ والی چیزیں، گھی، تیل، مریض،  
حصائلے، بھنگ، چرس وغیرہ کا کثرت استعمال بھی بانی ہلڈ پریش کا مرض پیدا کرتا ہے۔

**علامات :** مریض درد و دماغ میں خون کا جم جانا، نکسیر پھوٹنا، گھبراہٹ ہونا، بار بار بانی ہلڈ پریش ہونا،  
استساق قلب، سانس کی تنگی، سر میں بے چینی، دماغ میں ٹھنڈک محسوس کرنا، تیندنہ آنا، قلب پر بوجھ اور ٹھن محسوس  
ہونا، پیشاب کم یا زیادہ ہونا، تھوڑا تھوڑا ہونا اور پیشاب میں کبھی کبھی جلن ہونا وغیرہ۔

**علاج غذائی :** صبح میں مرہا جمرہ اور گمرہ سیب، تانہ و سیب، پیپتہ وغیرہ کھائیں اور سوئف و  
سفید زیرہ کی چائے پیئیں، دوپہر کو مولی، گا جمرہ، شلغم، کندو، توری، خندے، پیپتہ، کھیر، انگڑی وغیرہ کھائیں اور گرم  
لکھ ہوئے دودھ میں سوئف پکا کر پیئیں۔ شام کو دوپہر کی طرح ہبزی اور دودھ کا استعمال کریں۔ شروع میں کچھ  
دن کیلئے روئی نہ کھائیں تو اچھا ہے اگر بھوک برداشت نہ ہو تو ساوے آٹے کی روئی شوربے دار ہبزی میں چور  
کر کے کھائیں۔ ہلڈ پریش ٹھیک ہونے پر سادی روئی، ہبزی خاص یا بکرے کے گوشت میں پکی ہوئی کھائیں۔

**علاج دوائی :** 'صابری' اکسیر ہلڈ پریش نمبر 1 اور صابری اکسیر ہلڈ پریش نمبر 2 میں سے ایک یا  
دو گولی صبح، دوپہر و شام (یا حسب حالت مرض) کھائیں۔ بیماری اگر پرانی یا شدید ہو تو معجون مفرغ قلب و جگر  
آدھا چمچ دن میں 2-3 مرتبہ (یا حسب حالت مرض) کھائیں۔ اگر مریض کو قبض بھی ہو تو صفر الیکس 1-2 گولی  
رات کو، قبض شدید ہو تو دن میں 2-3 مرتبہ (یا حسب حالت مرض) کھائیں۔ پیپتہ میں جلن و گیس وغیرہ کی  
شکایت ہو تو تریاق اصفر (سفوف) دن میں 3-4 مرتبہ (حسب حالت مرض) سادہ پانی سے کھائیں۔ اگر نزلہ  
کھانسی کے ساتھ قبض کی شکایت بھی ہو تو اکسیر نزلہ صفر اولی آدھا گرام دن میں 3-6 مرتبہ اور حب سوزش 2-2  
گولی دن میں 2-3 مرتبہ کھائیں اگر مریض کے گردوں میں درد ہو، پیشاب کم ہوتا ہو، پیشاب میں جلن  
اور چروہ و ہاتھوں چروہ پر درد آتا ہو تو (صابری) کنڈنی کیور شر بہت 2-2 چمچ ایک کپ پانی میں ملا کر دن میں



**پیرھیز:** مریج، مسالے، پختی چیزیں، گوشت، اٹھانے وغیرہ۔

**نوٹ:** 1۔ بندہ پر بشر کے تمام مریضوں میں صابری اکسیر بندہ پر بشر نمبر 1 اور صابری اکسیر بندہ پر بشر نمبر 2 گولیاں ہی کافی ہوتی ہیں۔ باقی مندرجہ بالا دواؤں کی ضرورت پیچیدہ اور پرانے مریضوں میں ہی پیش آتی ہیں۔

## پیٹ کی بیماریاں

وہیستو پیٹ کی بہت ساری بیماریاں ہیں جن میں سے کچھ کا ذکر مندرجہ ذیل ہیں

1۔ قبض، 2۔ گیس، 3۔ جھن، 4۔ دست، 5۔ چپش۔

آئیے کل یہ بیماریاں بہت عام ہونگی ہیں۔ اکثر لوگ ان امراض میں مبتلا ہیں انگریزی دواؤں کے استعمال سے جتنی طور پر یہ بیماریاں دب جاتی ہیں اور اس کے بعد ان زہریلی دواؤں کے اثر سے بہت ساری خطرناک بیماریاں پیدا ہوتی ہیں اور روز بروز بڑھتی جاتی ہیں۔

**اسباب:** مرغن غذاؤں کا کثرت سے استعمال، میدے اور باریک چھنے ہوئے آنے کی روٹی، مریج مصالحوں کی زیادتی، تمباکو، بیڑی، سگریٹ، گنگا، چائے، کافی، کولڈ ڈرنکس اور چرس وغیرہ، رات کا کھانا دیر سے کھانا، کھانا کھاتے ہی سو جانا، ورزش کی کمی، آرام طلبی، انگریزی زہریلی دواؤں کا کثرت سے استعمال اور چین کھروائیٹی باؤنٹک دواؤں کا استعمال وغیرہ۔

## قبض

قبض کو اطباء نے تمام بیماریوں کی جڑ بتایا ہے، کیونکہ قبض سے بہت سی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں قبض اجابت کے نہ ہونے یا سخت ہونے کو کہتے ہیں۔

**قبض کی قسمیں:** سوداوی، صفراوی، بلغمی۔ لیکن عام طور پر طب کی باریکیوں اور مزاج سے ناواقفیت کی بناء پر سب کو ایک ہی طرح کا قبض سمجھا جاتا ہے جو بالکل غلط ہے یہی وجہ ہے کہ دواؤں کے کثرت استعمال کے باوجود مرض ٹھیک نہیں ہوتا۔ معلوم ہونا چاہیے کہ ہر ایک قبض کا علاج علیحدہ علیحدہ ہے۔ صابری یونانی شفا خانہ نے سوداوی قبض کیلئے سودا لیکس (Sodalax)، صفراوی قبض کے لئے صفرالیکس (Sufalax) اور بلغمی قبض کے لئے فیٹ اینڈ پین آؤٹ (Fat and Pain out) گولیاں تیار کی ہیں۔

### صفر اوی قبیض

**علامات :** لہجہ اور آواز میں تبدیلی کے ساتھ ساتھ مندرجہ ذیل علامات میں سے پتہ چلا سب پائی جاتی ہیں۔ اجابت کا صاف نہ ہونا، چہلے اور بیٹھنے کی جگہ، چہرہ کا رنگ بدلنا، گرمی سے ڈھانکے کا

**علاج غذائی :** عظمیٰ اور سہل اوی قبض کے مریض کو تھیں میں پیپٹہ ، مامو ، چیکو ، دودھ وغیرہ دینا چاہیے ۔  
 حد درجہ کالی کرہ ، بادام سات ، گرد پھل کر دودھ کے ساتھ کھا میں ۔ دودھ میں لاکٹو 10-20 گرام فی ال کریں تھی  
 قبض کے لئے بہت مفید ہے ۔ دوپہر و شام میں بڑی اوی ، آوری ، گندے ، شہنم ، موی ، کاجی ، پوہل وغیرہ کی  
 خوردہ دار بڑی میں سادے آٹے کی روٹی چور کر دوسری تھی یا زیتون کا تیل ملا کر کھائیں ۔ بڑی میں لاکٹو مریخ  
 کے بجائے کافی مریخ کا استعمال کریں ۔ بہتر یہ ہے کہ بڑی زیادہ روٹی کم کھا میں ۔

**علاج دوائی:** دو گولی صفر ایکس رات کو سوتے وقت یا صبح دوپہر و شام ( حسب حالت مرض ) کھائیں۔

**نوٹ:** عطر اوی قبض کے دوا میں جن کو پتھری کی بھی طبیعت ہو عطر ایس کے ساتھ صابری کدنی کیور گولیاں اور شربت بھی استعمال کریں تو فائدہ جلد ہوتا ہے۔

## سوداوی قبض

**علامات:** سوداوی مزاج کے مریضوں میں قبض کے ساتھ ساتھ منہ، جوف، علامات میں سے کچھ یا سب پائی جاتی ہیں۔ اجابت کا صاف نہ ہونا، کئی دن تک اجابت کا نہ ہونا، پیشاب کم ہونا، پیشاب کا نہ ہونا، ناکل ہونا، پیشاب میں خون آنا، غولی بو اسیر، جگر کی سستی وغیرہ۔

**علاج غذائی:** حنفی اور سوداوی قبض کے مریض صبح میں صبح کے دانے جگ کھال کر، پادام کی تیرہی کے عدد چھیلی ہوئی، پیپیتہ، امرود، چیکو اور دودھ پنکیں یا دودھ دلیہ وغیرہ (حسب برداشت) کھائیں۔ دودھ میں لکھنہ 10-20 گرام ڈال کر پینا بھی قبض کے لئے بہت مفید ہے۔ دو پہر و شام میں ہنہی لوکی، توری، خندے، حنفہ، مولی، گاجر، پرول وغیرہ کی شوربہ دار ہنہی میں سادے آٹے کی روٹی چورہ و سیس بھی یا زیتون کا تیل ملا کر کھائیں۔ ہنہی میں لال مرچ کے بجائے کافی مرچ کا استعمال کریں۔ بہتر یہ ہے کہ ہنہی زیادہ روٹی نہ کھائیں۔

**علاج دوائی :** صابری سوداؤس دو گولی رات کو سوتے وقت یا صبح۔ دو پہر و شام (حسب ضرورت) کھاائیں۔

### بلغمی قیض

**علامات :** دائمی مزاج کے مریضوں میں قبض کے ساتھ ساتھ مندرجہ ذیل علامات میں سے کچھ یا سب پائی جاتی ہیں۔ اچانت کا صاف نہ ہونا، رات کو بھی پیشاب کے لئے بار بار اٹھنا، پیشاب بہت زیادہ اور پانی جیسا سفید ہونا، جوڑوں کا درد، موٹاپا، پیٹ کی چربی کا بڑھنا، عرق النساء کا درد، کم درد، سر بھاری رہنا، بدن میں سستی اور کالی، جھائی آنا، گیس بڑا، نزلہ کھانسی، سانس کی تنگی وغیرہ۔

**علاج غذائی :** صبح ناشتے میں انجیر 1-2 عدد، مغز آخروت 2-5 عدد پیست 5-10 گرم کھائیں اور دیر چینی کی چائے پیئیں۔ دو پہر و شام میں گوشت کا شراب یا گوشت میں کچی ہوئی سبزیاں جیسے کرلیہ، شلغم وغیرہ کھائیں۔ رات کو سوتے وقت مرہ بڑا ایک یا دو عدد پانی کے ساتھ کھائیں۔

**علاج دوائی :** فہرٹ اینڈ چین آفٹ 2-2 گولی دن میں تین مرتبہ یا کم و بیش (حسب ضرورت) گرم پانی سے کھائیں۔

**خصوصی ہدایت :** اگر مریض کو قبض کے ساتھ نزلہ، زکام، کھانسی وغیرہ بھی ہو تو (صابری) تریاق نزلہ بلغمی، (صابری) تریاق نزلہ سوداوی اور (صابری) تریاق نزلہ صفراوی مریض کے مزاج کے مطابق استعمال کرائیں۔

## نزلہ

نزلہ ایسا عام مرض ہے جس سے تقریباً سبھی لوگ واقف ہیں۔ لیکن ہم خاص بات یہ بتانا چاہتے ہیں کہ طب یونانی کے مزاجی فلسفہ کے مطابق نزلہ بھی تین قسم کا ہوتا ہے۔

### صفراوی، سوداوی، بلغمی

#### نزلہ بلغمی (نزلہ سرد)

**اسباب :** خون میں خلط بلغمی کی زیادتی کا ہونا۔

**علامات :** کھانسی، نزلہ، ناک بہنا، بچوں کی پسلیوں کا چلنا (مونیہ) پیشاب کی زیادتی، سفید بلغم خارج ہونا، نوسل، بلغمی دم وغیرہ۔

**علاج غذائی :** صبح ناشتے میں بھولے ہوئے چنے، پستہ، دھن، برشت، ابار، دوا اندام یا آبلتہ وغیرہ  
کھا لیں اور دیر چینی کی چائے پیئیں۔ دوپہر و شام میں گوشت، قہیر، اندام مرنا، مچھلی، جھنگم کریدہ، پیاز اور گرم  
مالے اثرات سے استعمال کریں۔

**علاج دوائی :** تریاق نزال دماغی 1-1 گولی دن میں 2-4 مرتبہ (مکلی تکلیف میں صرف ایک مرتبہ ہی  
لینی ہوتی ہے) ان کے ساتھ اسیر نزال دماغی آدھے سے ایک گرام تک دن میں 3-4 مرتبہ نیم گرم پانی سے کھائیں۔  
پروہیز : چال، کھٹی چیزیں، چاول، آٹا، کریم، گولڈنرکس وغیرہ۔

### نزلہ صفراوی (نزلہ گرم)

**اسباب :** خون میں خلط صفراء کی زیادتی کا ہونا۔  
**علامات :** کھانسی، نزال، نزال کا ناک، جھق میں گرنا، کھانسی میں کڑھا، دھن، دھن، کھنکھ، پیلا یا سہری  
مال، جھٹ میں جھن، مر و زردی، چال کا بیج، پیشاب کی جھن وغیرہ۔

**علاج غذائی :** صبح ناشتے میں مدھ بھجنگی، بونی سات مدھ، چٹلے ہوئے بادام تین یا سات مدھ، دودھ،  
لیب، سیب، انجیر وغیرہ۔ دوپہر و شام میں خالص سہری یا چھوٹے گوشت میں کچی ہوتی۔

**علاج دوائی :** اسیر نزال صفراوی آدھا آدھا گرام دن میں 3-4 مرتبہ، حب سوال صفراوی 1-2  
گولی دن میں 3-4 بار اور قبض بھی ہو تو حب سوزش شہد کے پانی یا سادے پانی سے کھائیں۔  
پروہیز : چال، کھٹی چیزیں، دسی، اجار، آٹا، کریم، گولڈنرکس و تکی ہوتی چیزیں وغیرہ۔

### نزلہ سوداوی (نزلہ خشک)

**اسباب :** خون میں خلط سوداء کی زیادتی کا ہونا۔  
**علامات :** خشک کھانسی، خشک دم (جس میں دھن نہیں نکلتا یا بشکل) قبض، پیشاب سرخی مال، کھانستے  
کھانستے دم گھٹنا، ناک بند رہنا، خشک موسم و خشک فزائل سے مرض کا بڑھنا وغیرہ۔

**علاج غذائی :** صبح میں بادام، مدھ و غیرہ مغزیات دیکھی گھی کے ساتھ دیں، دوپہر و شام میں سہری  
خالص دیکھی گھی میں بنی ہوتی کھائیں۔

**علاج دوائی :** اسیر نزال سوداوی، حب سوزش 2-2 گولی تین بار، قبض اگر شدید ہو تو سودا لکس 2-2  
گولی 1-3 مرتبہ یا حسب ضرورت استعمال کریں۔

پروہیڈ: گوشت، مرغ، مچھلی، تکی ہوئی چیزیں۔

**نوٹ:** حقوق سپتاناں بھی سواری نزل میں ہے۔ آدھا آدھا کچھ دن میں 3-4 مرتبہ دے سکتے ہیں۔

## گردے مٹانے کی بیماریاں

گردے مٹانے میں کئی طرح کی بیماریاں ہوتی ہیں جیسے گردہ کا ورم، گردہ مٹانے کی پتھری، گردوں کا نفیس ہونا وغیرہ۔

**اسباب:** پانی کی فراہمی، فاسٹ فوڈ اور زیادہ مہنہ غذاؤں کا استعمال، کثرت شرب نوشی، کھنک، پان، تمباکو وغیرہ کا کثرت استعمال، گھٹانے پینے میں زیادہ مہنہ مسالے، تکی ہوئی چیزیں، ٹیم حکیموں کے ذریعہ مزاج کو تھکے بغیر اسی سیدھی طاقت کی دواؤں کا کھلانا، ان سب کے علاوہ آج کل انگریزی، مذہبی دواؤں کا کثرت استعمال بھی گردہ مٹانے کی بیماریوں کا اہم سبب ہے۔

**علامات:** گردے میں درد کا ہونا، پیشاب میں جلن ہونا، پیشاب کا بار بار آنا، کلم آنا یا بہت زیادہ آنا، کبھی کبھی پیشاب میں خون کا آنا، اکثر گردہ کا درد بہت شدید تر پانے والا ہوتا ہے، کبھی کبھی درد کے ساتھ قے بھی ہوتی ہے۔

**علاج غذائی:** سنگترے یا اناس کا جوس حسب برداشت کثرت سے پلائیں شہد کا شربت بھی اچھا ہے۔ مرلیض کو آرام کرائیں اور بوتل میں گرم پانی بھر کر در دکی جگہ رکائی کریں۔

**علاج دوائی:** خار خشک خوردہ پتھر چٹا، کتھی، تھم خیارین، چھکا خربوزہ، ہر ایک 10-10 گرام کو ایک لیٹر پانی میں پکائیں جب 750 ml رہ جائے تو شہد سے میٹھا کر کے 15-30 منٹ کے وقت سے ایک ایک کپ پلاتے رہیں۔ جلدی فائدہ کے لئے صابری کڈنی کیور 1-2 گولی دن میں تین۔ چار مرتبہ ساوے پانی سے اور کڈنی کیور سیرپ 2-2 چمچ ایک کپ پانی میں ملا کر دن میں تین۔ چار مرتبہ پلائیں۔ درد کی حالت میں کوئی سخت نذراروئی، چاول، گوشت، اندہ وغیرہ نہ دیں۔

**نوٹ:** کڈنی کیور سیرپ میٹھا ہے اسلئے شوگر کے مرلیضوں کو نہ دیں۔ اگر مرلیض کو قبض بھی ہو تو صابری صفر ایٹس 1-2 گولی دن میں ایک سے تین مرتبہ کھلائیں (دست آنے پر صفر ایکس بند کر دیں یا کم کر دیں)۔ اگر مرلیض کو جلن (ایسڈٹی) نہیں، قے، مٹکی وغیرہ کی شکایت بھی ہو تو صابری تریاق امفردن میں چار۔ پانچ مرتبہ



کھائیں۔ اگر مرض قبض ہو تو زیادہ کھانسی کی شکایت ہو تو صابری کسیریزل صفر دوائی اور صاب 1-2 گولی دن میں تین یا چار مرتبہ کھائیں۔ درنہیک ہونے پر بھی پتھری کے عمل اخراج کے لئے کچھ خوش ملک مندرجہ بالا دوائی دہرائی جائیں۔ دودھ میں مکمل ان دواؤں کا استعمال معالج کی زیر نگرانی ہی میں کریں۔

## گردے مٹانے کا ورم (Urinary Tract Infection (UTI)

**اسباب :** پانی کی خرابی، دھست فوڈ اور زیادہ مرغن غذاؤں کا استعمال، کثرت شراب نوشی، اچھے دھان، تمباکو وغیرہ کا کثرت استعمال، کھانے پینے میں زیادہ مرچ مسالے آبی ہوئی چیزیں، نیم ٹیکوں کے ذریعہ حرائق کو کچھ بغیر انی سیدھی طاقت کی دواؤں کا کھانا، انگریزی، زہریلی دواؤں کا کثرت استعمال، سب کے علاوہ سوزاک بھی گردہ و مٹانے کے ورم کا اہم سبب ہے۔

**علامات :** پیشاب کا جلدی جلدی یا جلن کے ساتھ آج، چہرہ یا پورے جسم پر ورم، بندہ پریش کا بوجھ، مرض شدید ہونے پر سردی، بخار، متلی وغیرہ کا ہونا۔

**علاج غذائی :** پانی کا کثرت سے استعمال، کھانے کے درمیان تھوڑا پانی پیئیں لیکن کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔ کھانے میں بری سبزیاں، لوکی، توری خدے وغیرہ کالی مرچوں کے ساتھ نہ کھائیں۔ لال مرچ استعمال نہ کریں۔ سبزی میں دیکھی کھی لیکن وغیرہ کا استعمال کریں۔ موٹے آدنی اور بندہ پریش والے آدنی چکنی کھانے سے تم استعمال کریں۔

**علاج دوائی :** صابری پور ورم 1-2 گرام صبح دوپہر شام دودھ کی تسی یا تازہ پانی کے ساتھ کھائیں۔ اگر مرض بہت شدید ہو تو کڈنی کیورسیرپ، کڈنی کیور گولیاں اور مندرجہ بالا نسخہ اوپر دیے گئے طریقہ سے استعمال کرائیں۔ قبض ہو تو صفر الیکس دو گولی رات کو سوتے وقت یا صبح و شام حسب حالت مرض کھائیں۔ (دست آئے پر تم کر دیں یا بندہ کر دیں)۔ پیٹ کی جلن گیس وغیرہ ہو تو صابری تریاق صفر صبح دوپہر شام استعمال کرائیں۔ ہاتھوں، پیروں اور چہرہ وغیرہ پر ورم اور بندہ پریش زیادہ ہو تو کسیریزل پریش نمہ 2- کی دودھ کو صبح دوپہر رات کھائیں۔

## گردوں کا فیل ہونا (Kidney Failure)

**اسباب :** آٹھ، سوزاک، شوگر، بندہ پریش، کثرت شراب نوشی، کھانے پینے میں زیادہ مرچ مسالے،



کلی ہوئی چیزیں، انٹی سیدھی طاقت کی دواؤں کا استعمال، انگریزی زیریں دوائیں جیسے اسلٹنڈ، اسٹینی بائوٹک اور چین ٹکروٹیر کا کثرت استعمال۔

**علامات:** اس مرض میں گردے خون کو ٹھیک طور پر صاف نہیں کرتے اور خون میں زہریلے مادے جیسے یوریک ایسڈ، بلڈ یوریا (Blood Urea) سیرم کرائیٹین (Ser. creatinine)، وغیرہ بڑھنے لگتے ہیں۔ اگر وقت پر صحیح علاج نہ ہو تو مریض جلد ہی خون میں بڑھے ہوئے زہریلے مادے کے سبب دارغائی سے رخصت ہو جاتا ہے۔ انگریزی علاج میں ڈائلیسس ہی اس کا واحد علاج ہے جو زیادہ دن تک کامیاب نہیں ہوتا۔ یہ علاج عارضی طور پر مریض کو آرام پہنچاتا ہے مگر بہت آہستہ دوسرے عوارضات مریض کو خطرناک حالت میں پہنچا دیتے ہیں۔

**علاج غذائی:** کھانے کے درمیان تھوڑا پانی پیئیں لیکن کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں، کھانا خوب چبا کر کھائیں، بری ہنریاں، لوکی، توری خنڈے وغیرہ کالی مرچوں کے ساتھ بنائیں، لال مرچ استعمال نہ کریں، ہنری میں زیتون کا تیل استعمال کریں تو زیادہ اچھا ہے۔

**علاج دوائی:** صابری کنڈی کیور سیرپ 4-4 صبح دوپہر و شام پانی کے ساتھ پلائیں۔ جو راش زرنوئی سادہ آدھا آدھا صبح یعنی 5-5 گرام صبح دوپہر و شام اور صفر ایکس دو-دو گولی دن میں تین بار کھلائیں۔ اگر درست آئیں تو صفر ایکس گولی تھوڑے وقت کے لئے بند کر دیں۔ پیٹ میں جلن، ایسڈٹیٹگیس وغیرہ ہو تو صابری تریاق اصفر صبح دوپہر و شام آدھا آدھا گرام کھلائیں۔ نزل کھانسی کی شکایت ہو تو صابری اکسیر نزل صفر اوی آدھا آدھا گرام سادہ پانی سے کھلائیں۔ اگر بلڈ پریشر بھی بڑھا ہوا ہو تو اکسیر بلڈ پریشر نمبر 1-1 وراکسیر بلڈ پریشر نمبر 2 کی 1-2 گولی صبح دوپہر و شام کھلائیں۔

**نوٹ:** شوگر کے مریض میٹھی دوائیں مثلاً شربت، میجون وغیرہ نہ لیں۔

## شوگر (Diabetes)

آج کل یہ مرض اتنا عام ہو گیا ہے کہ مزید تعارف کی ضرورت نہیں۔ بڑھے جوان عورت مرد یہاں تک کہ چھوٹے چھوٹے بچے بلکہ شیر خوار بچے بھی اس مرض میں مبتلا ہو رہے ہیں۔ انگریزی دواؤں سے عارضی طور پر خون میں شوگر کی مقدار کچھ کم ہو جاتی ہے لیکن ان دواؤں کے مضر اثرات سے اور دوسری بہت سی بیماریاں پیدا

**اسباب :** انعام طلبی کی زندگی گزارنا، محنت مشقت ورزش وغیرہ نہ کرنا زیادہ چربی اور چکنائی، ہشیا یا اس اور ہائری کھانے (فاسٹ فوڈ) کثرت شراب نوشی، گلوک و غیرہ کا استعمال اور ذہنی تھکاہٹ (Tention) وغیرہ۔

**علامات :** زیادہ دیریاں، زیادہ پیشاب، بھوک کی کثرت، رفت رفتہ بدن کا لاغر و کمزور ہونا، پھوسہ، پھنسی اور دشموں کا چند ٹھیک نہ ہونا، وغیرہ۔ پیشاب اور خون نمیسٹ کرنے پر شکر کی مقدار میں اضافہ۔

**شوگر کے علاج کے بارے میں عام غلط فہمی :** عام طور سے انگریزی دواؤں سے بہت جلد خون میں شوگر کی بڑھی ہوئی مقدار کم ہو جاتی ہے اسی کو مریض علاج کی کامیابی سمجھتا ہے۔ حالانکہ یہ ایک دھوکہ ہے۔ آہستہ آہستہ یہ دواؤں میں ناکام ہو جاتی ہیں اور انگریزی دوائی کی مقدار گولی کے بجائے انسولین کے انجیکشن پر آ جاتی ہے، جیسے جیسے انگریزی دواؤں کی مقدار بڑھتی جاتی ہے ویسے ویسے انگریزی دواؤں کے مضر (زہریلے) اثرات سے گردہ، جگر، دل و دماغ وغیرہ کمزور ہو کر اور بہت سی نئی بیماریاں پیدا ہوتی جاتی ہیں جیسے گردوں کی خرابی، جوزوں و کمر میں درد، ہڈی پریش، بدن کے کسی حصے کا سن ہو جانا، مردوں میں جنسی کمزوری، قوت و مافعت (جسم کی بیماریوں سے بڑھنے کی طاقت) کا کمزور ہونا وغیرہ۔

**صحیح علاج :** شوگر کے علاج کو طبی اصول کے مطابق ہم نے تین حصوں میں تقسیم کیا ہے۔

1. جسم کے جس حصے میں قدرتی انسولین بنتا ہے یعنی (Pancreas) کو ٹھیک کرنا تاکہ قدرتی انسولین کی پیداوار بڑھ کر شوگر کو خود کنٹرول کرے۔

2. جسم کے دوسرے حصوں جیسے گردہ، جگر، دل و دماغ وغیرہ کی انگریزی دواؤں کے مضر اثرات سے حفاظت کرنا۔

3. جسم کے مندرجہ بالا اعضاء میں شوگر کی انگریزی زہریلی دواؤں کے مضر اثرات سے جو خرابیاں پیدا ہوتی ہیں انھیں دور کرنا۔

**علاج بالقد بھر :** مریض جہاں تک ہو سکے تازہ اور کھلی ہوا میں سیر کرے کھانا سادہ اور بھوک سے کم کھائے، وقت پر کھائے، کھانے کو اتنا پیائے کہ دودھ جیسا ہو جائے، کھانے کے درمیان میں تھوڑا پانی پی سکتے ہیں مگر کھانا کھانے کے بعد ایک سے زیادہ گھنٹہ تک پانی جرگز نہ پئیں، کھانے میں چوکروالی روٹی یا چٹائی ہوئی سادی روٹی استعمال کریں۔ بری جیریاں، کرلیہ، بری پیاز، بری میتھی کی ہنری اور کم چکنائی والا چھوٹا گوشت کھائیں۔

**علاج دوائی:** گلوکوما پر صنف 3-4 گرام (ایک چھوٹا چائے کا قہقہ) صبح دو پہر شام تازہ پانی میں گھول کر یا منہ میں ڈال کر پانی پیئیں (حسب سہولت) اکثر شوگر کے مریضوں کے ہاتھ پیو وغیرہ میں درور ہوتا ہے اس کے لئے صابری فریٹ اینڈ چین آؤٹ کی 2-2 گولی صبح دو پہر اور رات میں کھائیں۔ یہ گولیاں قہقہ، بدن دا درد اور چربی کو گھٹا کر پاخانہ کے ذریعہ دور کرتی ہیں۔ اگر دست آجائیں تو گولی کم کر دیں یا بند کر دیں۔ اگر مریض کو بند پریشانی شکایت ہو تو صابری اکسیر بلڈ پریشر نمبر 1 ایک سے دو گولی دن میں دو یا تین مرتبہ حسب ضرورت کھائیں۔ اگر بند پریش زیادہ یا پرانا ہو اور گردے بھی متاثر ہوں تو ساتھ میں اکسیر بلڈ پریشر نمبر 2 ایک سے دو گولی صبح دو پہر و شام کھائیں۔ اگر مریض کو نزلہ زکام چھینٹیں ناک سے پانی سردی وغیرہ کی شکایت ہو تو صابری تریاق نزلہ بغلی ایک ایک گولی صبح دو پہر شام اور صنف اکسیر نزلہ بغلی آدھا گرام صبح دو پہر و رات کھائیں۔ اگر مریض کو پیٹ میں جلن سینے میں جلن، ایسڈٹی وغیرہ ہو تو صابری تریاق اسفر صنف آدھا گرام دن میں تین۔ چار مرتبہ کھائیں۔ مندرجہ بالا دواؤں میں سے معالج جن دواؤں کی ضرورت سمجھیں حسب حالت مریض کو کھائیں۔

**پروہیز:** سب طرح کی شیشی چیزیں چاول، دہی، اچار، تلی ہوئی چیزیں، آلو، شمر قندی، کولڈ ڈرنکس، آئس کریم اور نشلی چیزیں۔

**نوٹ:** اگر مریض پہلے سے انگریزی دوائیں کھا رہا ہو تو انگریزی دوائیں ایک ہم بند نہ کرے بلکہ جب مرض نارمل ہو جائے تو آہستہ آہستہ انگریزی دوائیں بند کر دیں اور اس دوران شوگر میٹ کرے رہیں۔

## موٹاپا وجوڑوں کا درد

**اسباب:** کھانے پینے کی زیادتی، زیادہ عیش پرستی، ورزش کا نہ کرنا اور انگریزی دوائیں جیسے بین کھرا، اینٹی بائیوٹک، واسکولر وغیرہ کا کثرت استعمال۔ یہ دوائیں دل، دماغ، گردہ و جگر وغیرہ کو متاثر کر کے پورے جسم کو کمزور کرتی ہیں اور چربی کے فریٹ جینا بوزم (FAT METABOLISM) نظام کو خراب کرتی ہیں۔ جب یہ نظام خراب ہو جاتا ہے تو بغیر پٹنائی والی غذا انہیں بھی چربی کی شکل میں جسم کے اندر جذب ہو کر موٹاپے کا سبب بنتی ہیں۔ موٹاپے کا وزن ہڈیوں پر پڑتا ہے جسکی وجہ سے بدن کے جوڑوں میں درور ہوتا ہے اور آگے چل کر انسان کو بلڈ پریشر و شوگر جیسی موذی بیمار یا گھیر لیتی ہیں۔

**علاج غذائی** - سہولتی بہنریاں، بھیر چھانی والے گوشت کا شوربہ وغیرہ۔

**علاج دوائی۔** فیٹ اینڈ چین آؤٹ (FAT AND PAIN OUT) 1-2 گولی اور روزی شدت میں 2-3 گولی صبح 10 پہر و شام کھلائیں۔ اگر مریض کو نزلہ، زکام، سردی، ہاتھ تریاق نزلہ، ہنسی ایک گولی اور نطفہ اسپر نزلہ ہنسی آدھا گرام صبح 10 پہر و رات کھلائیں۔ جن مریضوں میں بدن درد زیادہ ہو اور عمر 40 برس سے زیادہ ہو تو حب مقوی اعصاب ایک گولی دن میں ایک سے دو مرتبہ کھانے کے بعد کھلائیں۔

**نوٹ:** اگر دست آئیں تو فیٹ اینڈ چین آؤٹ گولیاں کم کریں اور ضرورت سمجھیں تو دہکروں۔

## اسہال اور یخش

اسبال اور پچیش دو طرح کے ہوتے ہیں (1) صفر اوی (2) بلغی۔

مگر طبی اصول علاج سے ناواقفیت کی بنا پر عام طور سے مختلف اسہال اور تحیض کو ایک ہی سمجھا جاتا ہے جو بنیادی غلطی ہے یہی وجہ ہے کہ دواء کے کثرت استعمال کے باوجود مرض ٹھیک نہیں ہوتا یا دیر سے شفاء ملتی ہے۔ اگر دست اور تحیض کا علاج مزاج کے مطابق ہوگا تو بہت جلد فائدہ ہوگا۔

صَفَرِ اَوِي يَحْسُ

**اسبغاب:** گھی، سرخی، مرغن اور تکی ہوئی چیزوں کا کھانا، صاف پانی کا نہ ملنا، شراب، تمباکو، گدکا اور انگریزی دواؤں کا کثرت استعمال وغیرہ دستوں کی خاص وجہ ہیں۔

**علامات:** آنٹوں کی سوزش (ورم) و گرمی، پاخانہ میں آنٹوں آنا، پیٹ میں درد، مروڑ، بار بار پاخانہ کی حادثہ کا احساس، کبھی کبھی خون کا آنا، بے حد نفاست و کمزوری اور پیلے پانی کی طرح دست آنا۔

**علاج غذائی:** صبح کو تیل کا مربہ چھلا ہوا سیب، ساگودانہ کی کھیر، ابلے ہوئے انڈے کی سفیدی، دہی وغیرہ کھائیں مگر دودھ نہ پیئیں۔ دوپہر و شام میں ابلے ہوئے سادہ چاول، بغیر مرچ کی دال، ساگودانہ کی کھیر اور دہی وغیرہ کھائیں۔

**علاج دوائی :** صابری سنوف سابق 1-2 گرام دن میں 3-4 مرتبہ پانی سے کھلائیں۔ جلدی فائدہ کے لئے جوارش مصلیٰ 5-5 گرام صبح وشام کھلائیں، اگر مریض کونزلہ بھی ہو تو مندرجہ بالا دواؤں کے بجائے سنوف خبازی آدھا آدھا گچج ساتھ مین کشتہ مرجان 1-2 چاول (50-100mg.) فہیرہ خشکاش یا نعوق

سہتاں 5-10 گرام کے ساتھ دن میں 3-4 مرتبہ کھلائیں۔ اگر مریض کو ایسڈٹی جلیں وغیرہ کی شکایت ہو تو صابری تریاق اسٹریچ دوپہر وشام کھلائیں۔ اس کے علاوہ کشتہ فقرہ، کشتہ صدف، کشتہ سنگھ وغیرہ میں سے کوئی ایک، 1 چاول کے برابر کھانا بھی مفید ہے۔

**نوٹ:** آلودہ پانی کا استعمال اسہال اور پتیش کا اہم سبب ہے۔

### بلغمی دست

**اسباب:** گندہ پانی، خراب کھانا، بہت سی پرائی تیاریاں جیسے آنتوں کی فی بی، جگر کی خرابی، آنتوں کا بخار اور بہت سی دوائیں جیسے اسٹراکڈوائفٹی، بائونک، وغیرہ کا کثرت استعمال۔

**علامات:** بار بار اجابت کا تقاضہ، پیٹ میں مروڑ کھانے کے فوراً بعد اجابت کا ہونا، پیٹ میں ریات کا بھرنا، جھاگ اور بدبودار دست، ہلکا ہلکا درد، پیٹ کا بھاری ہونا، عام جسمانی کمزوری، سانس پھولنا، سردی لگنا، تھکاوٹ، بار بار بخار کا ہونا، گھبراہٹ، پھنے پھنے دست، کبھی کبھی جب جسم میں رطوبت زیادہ ہوتی ہے تو پیٹ سے دست پانی کی طرح آنے لگتے ہیں۔

**علاج غذائی:** صبح میں بھونے ہوئے چنے، کشمش اور کم دودھ کی تیز چٹی والی چائے پیئیں۔ دوپہر اور رات کے کھانے میں بغیر مریخ کا شورہ بروٹی، پھنے ہوئے چنے اور کشمش وغیرہ کھائیں۔

**علاج دوائی:** سفوف اکسیر سگر بنی 2-2 گرام دن میں تین سے چار مرتبہ سادہ پانی سے کھلائیں اگر اس سے فائدہ کم ہو تو صابری تریاق ہیضہ 2-1 گولی دن میں تین مرتبہ سادہ پانی سے کھلائیں۔ مرض کی شدت کم ہونے پر دواء کا وقفہ بڑھادیں۔ انشاء اللہ ایک یا دو خوراک میں مرض میں افادہ ہو جائے گا۔

## مردوں کے جنسی امراض

### Sexual Diseases of Male

اس قسم کی بہت سی بیماریاں ہیں مگر ان میں سے جن امراض میں مرد خاص طور سے مبتلا ہوتے ہیں مندرجہ ذیل ہیں:

**جربان، احتلام، سرعت انزال، ضعف جاہ**

**جربان:** پیشاب کے ساتھ مذی کا خارج ہونا اور پیشاب سے پہلے یا بعد میں مذی کے نکل جانے کو



تجربیان کہتے ہیں۔

**اسباب:** پیٹ یا گردوں کی خرابی، کھانے پینے میں بے احتیاطی اور نیم صبحوں کے ذریعہ اپنی سیدھی دواؤں کا استعمال وغیرہ۔

**علاج غذائی:** اگر مریض کا مزاج ہضمی ہے یعنی پیشاب کثرت سے یا سفید ہوتا ہے تو ناشتہ میں مرہ آٹوال، جھونے ہوئے چنے، کشمش، پستہ وغیرہ کھلا کر چائے پلائیں یا دارچینی ڈال کر پکا ہوا دودھ (ایک پاؤ دودھ میں 5 گرام دارچینی) نیم گرم بینھا کر کے پلائیں دوپہر و شام میں بغیر مرچ کے گوشت کا شورپہ، کریم، میتھی کی ہنری، سادی روٹی وغیرہ کھلائیں۔

**علاج دوائی:** حسب شیر شاہی ایک ایک گولی صبح، دوپہر و شام پانی یا دودھ سے کھلائیں۔ قبض ہو تو رات کو مرہ بزرگرم دودھ کے ساتھ دیں۔ اگر قبض شدید ہو ساتھ ہی سردی یا بدن میں درد بھی ہو تو فیت اینڈ جین آؤٹ کی دو دو گولیاں صبح و شام یا مریض کی حالت کے مطابق کھلائیں۔ اگر مریض کا مزاج صفاوی ہو یعنی پیشاب میں جلن ہو پیشاب سرخ یا زردی مائل ہو ساتھ ہی قبض یا تپش کی شکایت ہو تو صابری ٹائم پاؤڈر ایک ایک چمچ صبح و شام دودھ کے ساتھ اور تریاق اصفر ایک ایک گرام دن میں 2-3 مرتبہ پانی کے ساتھ کھلائیں۔ شدید قبض کی حالت میں صابری صفر الیکس دو گولی رات کو یا صبح، دوپہر و شام (حسب حالت مرض) کھلائیں، پچیس یا دست ہوں تو ٹائم پاؤڈر دودھ کے بجائے پانی سے کھلائیں۔

**پرهیز:** آئس کریم، کولڈ ڈرنکس، کھنی اور تلی ہوئی چیزیں، بڑا گوشت، اندا اور پراٹھے وغیرہ۔

**احتلام:** خواب میں یا بغیر خواب کے سوتے ہوئے منی کا اخراج ہونے کو احتلام کہتے ہیں۔

**اسباب:** احتلام اکثر سودا کی زیادتی سے ہوتا ہے۔

**علاج غذائی:** سادی روٹی، ہنری، دودھ، گھی، بھل، مکھن وغیرہ کثرت سے استعمال کرائیں۔

**علاج دوائی:** صابری تریاق احتلام ایک گولی سوتے وقت کھلائیں اگر قبض ہو تو صفر الیکس 1-2 گولی دن میں ایک یا دو مرتبہ کھلائیں۔ پیٹ میں گرمی، جلن، خشکی ہونے پر صابری تریاق اصفر 1-2 گرام دو سے تین مرتبہ کھلائیں۔

**پرهیز:** گرم چمٹی چیزیں گوشت، اندا، مرچ مسالے وغیرہ۔

**خصوصی ہدایت:** احتلام کے مریض سوتے وقت دودھ نہ پئیں۔



**سرعت انزال:** عورت کے انزال سے پہلے مرد کے انزال ہو جانے کو سرعت انزال کہتے ہیں۔

کبھی کبھی یہ مرض اتنا بڑھ جاتا ہے کہ چھوٹے یا صرف خیالات سے ہی انزال ہو جاتا ہے۔

**اسباب:** اکثر یہ مرض خون میں صفراوی زیادتی سے ہوتا ہے خون میں گرمی کی زیادتی سے مادہ منویہ رقیق

ہو جاتا ہے ساتھ ہی اعصاب میں حساسیت کی وجہ سے جنسی مراکز دماغ (N. System) پر گرفت کمزور ہو جاتی ہے اور انزال جلد ہو جاتا ہے۔

**علاج غذائی:** صبح ناشتے میں مٹھی بادم، دودھ دلیہ اور کھانے کی کھیر کا استعمال کریں۔ دوپہر و شام

کے کھانے میں ہنری روٹی و دیکھی گھی کا استعمال کریں۔

**علاج دوائی:** صابری ٹائم پاؤڈر ایک ایک چمچ یعنی 5-5 گرام صبح و شام کھلائیں۔ مرض زیادہ شدید یا

پرانا ہو تو ٹائم پاؤڈر کے ساتھ صابری ٹائم گولیاں صبح و شام دودھ یا پانی کے ساتھ کھلائیں۔ قبض ہو تو صفر انجلس 2 گولی رات کو سوتے وقت پانی سے کھلائیں۔

**پرهیز:** گرم، تلی ہوئی، کھنی اور چٹنی جزیں وغیرہ۔

**ضعف باہ:** انتشار اور ایستادگی کی کو ضعف باہ کہتے ہیں۔ کبھی کبھی ایسا ہوتا ہے کہ کوئی نفس منظر

دیکھنے یا ذہنی خلیان کے باوجود بھی انتشار و ایستادگی نہیں ہوتی ہے۔

**اسباب:** اس کے مختلف اسباب ہوتے ہیں کبھی یہ نفسیاتی ہوتا ہے کبھی گردے کی کمزوری، دل و دماغ کی

خرابی، جسم میں رطوبت کی زیادتی سے اور کبھی شوگر و بلڈ پریشر وغیرہ کی وجہ سے ہوتا ہے۔

**علاج غذائی:** گوشت، اندا، مرغ، مچھلی، مٹھی، پیاز، پنیر اور ارہر کی دال، پستہ، اخروٹ، چانور،

بادام، دودھ، چائے وغیرہ کثرت سے استعمال کریں۔

**علاج دوائی:** مرض کے اصل سبب کو جان کر علاج کریں مثلاً اگر مریض نفسیاتی ہے تو اس کا نفسیاتی

علاج کریں اور اگر جگر، دل و دماغ کی کمزوری، ورزش کی کمی، جسم میں رطوبت کی زیادتی و اعصاب میں کمزوری

ہے تو شیر شامی گولیاں ایک سے دو عدد صبح و شام دودھ یا چائے کے ساتھ کھلائیں اگر ساتھ میں نزلہ زکام، کھانسی

بھی ہو تو اس کے ساتھ سفوف اکسیر نزلہ فلفلی آدھا یا ایک گرام دن میں دو۔ تین مرتبہ کھلائیں۔ جلن ہو تو تریاق

اصفر آدھا یا ایک گرام (1/2-1gm) صبح، دوپہر و شام حسب حالت مرض کھلائیں۔ بوڑھے آدمیوں یا جن

میں کمزوریاں کا درد شدید ہو جب مقوی اعصاب ایک گولی صبح و شام کھانے کے بعد کھلائیں۔ مریض اپنے اندر



کے اصل سبب کا تعین کر کے اس کے مطابق علاج کریں۔ مثلاً: اگر قبض، ہیٹ میں جمن (ایسڈٹی) ہو گیس، غیر دلی شکایت ہو تو نمک ایلٹس دو گولی رات کو اور تریاق اعترآدھا سے ایک گرام تک دن میں تین۔ چار مرتبہ لھلائیں۔  
غذا: پھل، ہری پنبے یاں، دودھ، دلیہ وغیرہ کا کثرت سے استعمال کریں۔

پرہیز: تلی ہوئی چیزیں، مرچ، مسالے، گوشت اناؤ وغیرہ۔

نوٹ: بازار میں بے شمار دسی وانگریزی کریم، پاؤڈر چہرہ کے استعمال کے لئے کب دیتے ہیں اور کب جلد اخباروں و کتابوں میں بھی گھریلو نسخے آتے رہتے ہیں لیکن یاد رکھیں جس طرح کھانے کی پروا، ہر آدمی کے لئے فائدہ مند نہیں ہوتی اسی طرح خارجی دواؤں کا بھی ہر ایک نسخہ ہر آدمی کے لئے فائدہ مند نہیں ہوتا۔ اس لئے مریض کو چاہئے کہ کوئی بھی دوا استعمال کرنے سے پہلے احتیاط سے کام لے۔

### بالوں کی خوبصورتی کے لئے

بالوں میں اکثر ڈینڈرف (خشکی) کی شکایت عام ہے۔ اس کے لئے صابری یونانی شفاخانہ نے میٹر کارڈ لوشن (Hair guard lotion) تیار کیا ہے۔ ہفتہ میں دو۔ تین مرتبہ نہانے سے ایک۔ دو گھنٹہ پہلے سر میں لگائیں اس کے بعد جگہ گرم پانی سے سر دھوئیں۔ سر میں کسی قسم کا تیل نہ لگائیں جب ڈینڈرف بالکل ختم ہو جائے تو روغن زیتون لگائیں۔

**بال خورہ و سر کے ایگزیمہ کے لئے:** جہاں تک بال خورہ کا اثر ہے صابری میٹر کارڈ لوشن دن میں کئی مرتبہ مالش کریں اور پورے سر یا چہرہ کے بالوں پر روزانہ کم از کم ایک مرتبہ مالش کر کے شیم گرم پانی اور شیم کے صابون سے دھوئیں۔

**ناخونوں کیلئے:** کبھی کبھی ناخونوں میں فنگل انفیکشن (FUNGAL-INFECTION) ہو جانے کی وجہ سے ناخون کالے ہو جاتے ہیں۔ ایسی حالت میں صابری میٹر کارڈ لوشن ناخونوں کے اندر پچکاری (SYRINGE) سے پہنچائیں امید ہے کہ پہلے روز ہی فائدہ محسوس ہوگا لیکن دوا کا استعمال اس وقت تک جاری رکھنا ہوگا جب تک ناخون سے سیاہ دھبہ ختم ہو کر صاف ناخون نہ آجائے۔

### خوبصورتی کا سب سے بڑا دشمن:

خوبصورتی کا دشمن نمبر ایک موناپہ ہے اور یہ مرض تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ اس کا علاج ہم نے اس کتاب میں موناپہ کے عنوان سے دیا ہے وہاں دیکھیں۔

پرہیز: تلی ہوئی چیزیں، مرچ، مسالے، گوشت اناؤ وغیرہ۔

# کتاب میں دی گئی دوائوں کے اجزاء اور افعال و خواص

صابری

## 1. گلو کوہرب (پاؤڈر)

خاص طریقے سے بنا گلو کوہرب (پاؤڈر) شوگر (ڈیابٹیس) کے مریضوں کے لئے ایک خاص نفع ہے۔ اس دوائی پہلی ہی خوراک حلق سے پیئے اترتے ہی مریض راحت محسوس کرتا ہے۔

اگر کچھ دن لگا کر اس کا استعمال کرتا رہے تو شوگر کا مرض بفضل تعالیٰ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ گلو کوہرب پاؤڈر جگر و پین کرایا کو ٹھیک کر کے قدرتی انسولین کی پیداوار کو بڑھاتا ہے اور خون میں شوگر کی زیادتی کو دھمکتا ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک چھوٹا چمچ پیانچ گرام صبح، دوپہر و شام تازہ پانی کے ساتھ کھائیں۔

**خصوصی ہدایت:** شوگر کے پرانے مریض جو پہلے سے کوئی انگریزی دوا کھاتا رہے ہوں وہ انگریزی دوا ایک دم سے بند نہ کریں بلکہ دیر دیر سے کم کریں اور ہر تین یا چار دن کے بعد شوگر ٹیسٹ کرائیں جب شوگر ٹا بل ہو جائے تو انگریزی دوا کم کریں اور یہ دوا کچھ دن استعمال کرتے رہیں۔

**اجزاء:** (فی گرام) میتھی 100mg، جزل 100mg، محبوثہ 100mg، فلوئجائن 100mg، تھامی 100mg، تخم جامن 50mg، ست گلو 50mg، جیساہ 50mg، تخم حیات 50mg، نرمار 50mg، نمک سیاہ 50mg، فل فل سیاہ 50mg، دارچینی 50mg، نیم 50mg، کلونجی 50mg

صابری

## 2. کڈنی کیور (سیرپ)

کڈنی کیور مزاج پر مبنی یونانی (اربی) علاج کی عجیب و غریب دوا ہے جو گردہ کی تقریباً سبھی بیماریوں جیسے گردہ، مثانہ کی پتھری، گردہ کا درد، پیشاب کی تلب، پیشاب کا کم ہونا وغیرہ میں فوراً اور مستقل فائدہ دیتی ہے۔ کڈنی کیور گردہ اور کی بے جود دوا ہے۔ گردہ درد سے تڑپا ہوا مریض کڈنی کیور کی ایک خوراک کھاتے ہی

آرام محسوس کرتا ہے اور کچھ دن لگا تار کھانے سے گردہ، مثانہ کی پتھری ریزہ ریزہ (ٹکڑے ٹکڑے) ہو کر پیشاب کے راستہ سے باہر نکل جاتی ہے۔

**طریقہ استعمال:** 1-2 گولی صبح، دوپہر و شام یا حسب حالت مرض۔

**خصوصی ہدایات:** درد کی شدت میں کڈنی کیور کی ایک یا دو گولی پیش کر شہد کے شربت یا سادہ پانی کے ساتھ کھلائیں۔۔۔ مریض گوردہ کی حالت میں کوئی سخت غذا نہ کھلائیں بلکہ شگترہ، انقاس کاریں اور دودھ شہد سے میٹھا کر کے پلائیں۔

**خصوصی احتیاط:** کڈنی کیور دواء کا مزاج بلغمی (یعنی سرد تر) ہے اسلئے اس دواء کو گرم یا سردی بخار وغیرہ کی حالت میں نہ کھلائیں۔ جلدی فائدہ کے لئے 2-2 چمچ صبح، دوپہر و رات استعمال کرائیں۔  
**اجزاء:** (فی پاؤنڈ ملی لیٹر) تخم کاسنی 10mg، بچ کاسنی 10mg، تخم خربوزہ 10mg، پوست خربوزہ 10mg، تخم خیاریں 10mg، مکوہ خشک 10mg، گل سرخ 10mg، ست لیمو 5ml.

## صابری

### 3. کڈنی کیور (گولیاں)

(Kidney Cure Tablets)

**افعال و خواص:** کڈنی کیور مزاج پر مبنی یونانی (دبسی) علاج کی عجیب و غریب دوا ہے جو گردہ کی تقریباً سبھی بیماریوں جیسے گردہ، مثانہ کی پتھری، گردہ کا درد، پیشاب کی جلن، پیشاب کا کم ہونا وغیرہ میں فوراً اور مستقل فائدہ کرتی ہے۔ کڈنی کیور گردہ درد کی بے جوڑ دوا ہے۔ گردہ درد سے تڑپتا ہوا مریض کڈنی کیور کی ایک خوراک کھاتے ہی آرام محسوس کرتا ہے اور کچھ دن لگا تار کھانے سے گردہ، مثانہ کی پتھری ریزہ ریزہ (ٹکڑے ٹکڑے) ہو کر پیشاب کے راستہ سے باہر نکل جاتی ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گولی دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔

**خصوصی احتیاط:** کڈنی کیور دواء کا مزاج بلغمی (یعنی سرد تر) ہے اسلئے اس دواء کو گرم یا سردی بخار وغیرہ کی حالت میں نہ کھلائیں۔ جلدی فائدہ کے لئے کڈنی کیور گولیوں کے ساتھ کڈنی کیور شربت بھی 2-2 چمچ صبح، دوپہر و رات استعمال کرائیں۔

**اجزاء:** (فی گولی) خار خشک خورد 25mg، جواکھار 20mg، نمک تراب 20mg،



سنگ یہود 15mg، کھتھی 30mg، پھر چٹا 30mg، الائچی کاں 35mg، سنگ سرمائی 35mg،  
گوند بول 25mg

#### صابری 4. تریاق اصفر (سفوف)

صفر، کی زیادتی سے پیدا ہونے والی پیٹ کی تقریباً کبھی بیمار یوں پر جادو کی طرح اثر کرنے والی دوا ہے۔ پیٹ کی گیس، تیز ادیت، پیٹ کی جلن، متلی، قے، جگر کی خرابیاں، خون کی خرابیوں اور یرقان میں بھی یکساں مفید ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے تین گرام دن میں تین مرتبہ یا حسب حالت مرض کم یا زیادہ۔

**خصوصی ہدایات:** تریاق اصفر صفر کی امراض کی خاص دوا ہے، سوداوی مزاج کے مریضوں کے لئے بھی مفید ہے البتہ بلغمی مزاج کے مریض مثلاً سردی، زکام، دمہ، گھٹیا وغیرہ میں اس کا استعمال نہ کرائیں۔

**اجزاء:** (فی گرام) زیرہ سفید 100mg، سونف 100mg، نیلوفر 100mg، بڑی الائچی 100mg، ست پودہ 5mg، ملتے ٹھکی 100mg، چھوٹی الائچی 100mg، پروال ہستی 10mg، شٹاھ ہستی 10mg، مکنا ٹھکی ہستی 10mg

#### صابری 5. اکسیر بلڈ پریشر-1 (گولیاں)

اکسیر بلڈ پریشر نمبر 1- خالص جڑی بوٹیوں کا ایسا مرکب ہے جو بڑھے ہوئے بلڈ پریشر کے لئے ہر عمر اور ہر موسم میں مفید ہے۔ اکسیر بلڈ پریشر نمبر 1- دماغی تناؤ (Tention) چڑچڑاہٹ، غصے کی زیادتی، نیند کی کمی وغیرہ کی شکایتوں میں بھی زود اثر ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گولی دن میں تین بار سادہ پانی سے یا حسب حالت مرض کم یا زیادہ۔

**نوٹ:** (1) بلڈ پریشر کے زیادہ ہونے پر گولیاں پیس کر کھلائیں۔ نیز حسب ضرورت چند روز میں منٹ بعد بار بار بھی دے سکتے ہیں۔

(2) بلڈ پریشر کے پرانے مریضوں میں یا بلڈ پریشر کے زیادہ بڑھنے پر اکسیر بلڈ پریشر نمبر 1- گولیوں کے ساتھ اکسیر بلڈ پریشر نمبر 2- گولیاں بھی ضرور استعمال کرائیں۔

**خصوصی احتیاط :** یہ دوا نزلہ، زکام، سردی، چھینک، نیند، وغیرہ میں استعمال نہ کریں۔ جب بلڈ پریشر ہارٹ ہو جائے تو دوا کی خوراک کم کریں۔ بلڈ پریشر کم (low) ہونے کی صورت میں دوا بند کریں۔

**اجزاء :** (فی گولی) چندن سفید 50mg، گل سرخ 50mg، الہیچٹی خوردہ 50mg، الہیچٹی گھاس 50mg، برہمی 50mg، اسرول 50mg، قلم خرفہ سیاہ 25mg، ارچن 30mg، سب مرئی (Q.S.)

## 6. اکسیر بلڈ پریشر-۲ (گولیاں)

صابری یونانی شفا خانہ کے ذریعہ تیار شدہ اکسیر بلڈ پریشر نمبر 2، بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے آب حیات ہے، ایک خوراک حلق سے اترتے ہی مریض کو فوری آرام ملتا ہے۔ یہ انگریزی، ذہریلی دواؤں کی طرح بلڈ پریشر کو عارضی طور پر کنٹرول نہیں کرتی بلکہ مرض کے اسباب کو دور کر کے مرض کو جڑ سے ختم کرتی ہے۔ نیز معدہ و ہیکل کے فعل کو درست کر کے خون میں بڑھے ہوئے ذہریلے مادے کو پیشاب پاخانہ کے ذریعہ جسم سے خارج کرتی ہے۔ یہ دوا، پیشاب آور ہونے کی وجہ سے جسم میں جمع زائد پانی کا اخراج کر کے جسم میں پیداوار (سوچن) کو دور کرتی ہے اور جسم میں بڑھے ہوئے کولسٹرال کو بھی کم کرتی ہے۔

**طریقہ استعمال :** ایک سے دو گولی صبح، دوپہر، رات یا حسب حالت مرض کم یا زیادہ۔

**خصوصی ہدایات :** مرض کی شدت کے وقت دوا کی خوراک 15 سے 20 منٹ کے وقفے سے دے سکتے ہیں، مرض میں افادہ کے بعد مقدار خوراک کم کریں، یعنی تین خوراک کے بجائے ایک خوراک کریں۔

**اجزاء :** (فی گولی) چندن سفید 100mg، برہمی 100mg، چندن سرخ 50mg، الہیچٹی ہیز 50mg، شکھ پشی 100mg، گوند بول (Q.S.)۔

## 7. معجون مفرح قلب وجگر

یہ دوا، بلڈ پریشر کو جڑ سے ختم کرتی ہے، دل کے ساتھ دماغ کی بڑھی ہوئی گرمی کو دور کر کے پریشان کن خیالات سے نجات دلاتی اور گہری نیند لاتی ہے۔ قلب و دماغ اور اعصاب کو قوت پہنچا کر تمام جسم کے ساتھ جنسی قوت کو بھی بڑھاتی ہے۔ صفرای کی زیادتی سے پیدا ہونے والے مالتخو لیا میں بھی مفید ہے نیز گردہ، معدہ، آنکھوں و

جائے وہم و غم میں بھی کا آمد ہے۔

**طریقہ استعمال :** 10 سے پانچ گرام دن میں تین مرتبہ مادہ پانی کے ساتھ صبح میں، مرض زیادہ سے 15 سے 20 منٹ کے بعد دوسری فوراً کے لئے لیتے ہیں، مرض کی شدت میں کمی آنے پر دو دن میں تین مرتبہ کے بجائے دو مرتبہ یا صرف ایک مرتبہ کھلائیں۔

**خصوصی ہدایات :** اگر مریض کو زلہ، زکام، کھانسی ہو جائے تو صابری پانی شفا خانہ کا تیار کردہ اسیرنز (عصر آوی)، جب سوزش (عصر آوی) اور کھسک (عصر آوی) کا استعمال گرام میں اور ان دنوں اسیر بند پر پانچ منٹوں کے بعد لے کر دیں (طریقہ استعمال ان دواؤں کے ساتھ منسلک ہے)۔

**نوٹ :** یہ دوا عصر آوی اور سوداوی مزاج کے مریضوں کے لئے مفید ہے۔ باقی مزاج کے مریضوں (یعنی جن کو سردی سے بیماریاں ہوتی ہیں جیسے زلہ، زکام، سردی، چھینک، وغیرہ) میں اسے استعمال نہ کریں۔

**اجزاء :** (فی پانچ گرام) برہمی 100mg، پشن سفید 100mg، پشن لال 100mg، وارچینی 100mg، غود صلیب 100mg، ارجن 100mg، دھنیہ خشک 100mg، مکود 100mg، خرفہ سیاہ 100mg، کلتھی 100mg، کاسنی 100mg، درونج حقیر 100mg، گوکھرو چھوٹے 100mg، چینی شہد (حسب ضرورت)

## 8. صبرا ایکس (گولیاں)

یہ دوا عصر آوی قبض کے لئے خاص ہے۔ نیز خون میں صفراء کی زیادتی سے پیدا تقریباً سبھی بیماریوں میں بے حد مفید ہے۔ مثلاً یرقان، (پیلیا) پیشاب کی جلن، گردے اور مثانے کی پتھری، جگر کا زرم (سوجن)، پختے کی پتھری، گیس، جگر کا بڑھنا، جگر میں چربی آنا، شراب کی وجہ سے جگر کا خراب ہونا وغیرہ۔

عصر ایکس خون میں بڑھے ہوئے صفراء (گری) کو پیشاب، پاخانہ کے ذریعہ خارج کر خون کو صاف کر کے اعتدال پر لاتی ہے۔ عصر ایکس انگریزی، مذہریلی دواؤں کے مضرات سے بھی جسم کو پاک کرتی ہے۔

**طریقہ استعمال :** دو گولی رات کو سوتے وقت کھلائیں۔ قبض شدید ہو تو دو دو گولی دن میں تین بار یا حسب حالت مرض بعد از مشورہ معالج۔

**خصوصی ہدایت :** کھانا خوب چپا کر کھائیں، خوب بھوک لگنے پر کھائیں، بھوک سے کم

کھائیں، کھانے کے درمیان پانی تھوڑا پیئیں اور کھانے کے بعد پانی نہ پیئیں۔

**خصوصی احتیاط :** بلغمی امراض مثلاً نزل، زکام، سردی، نمونیہ، گھٹیا جوڑوں کے درد وغیرہ جیسے مرض میں اس دوا کا استعمال نہ کریں۔

**اجزاء :** (نی گولی) : 100mg، زانچیل 100mg، کالی مرچ 100mg، سونف 100mg، گل سریش 100mg، نوشادر 100mg، ریوند چینی 100mg، زیرہ سفید 100mg، گوند بول 100mg۔

## 9. حب سوزش (صفراوی صابری)

یہ دوا ہر طرح کے درم (سوجن) جو صفراء کی زیادتی سے پیدا ہوں (جیسے معدے کا درم، آنتوں، جگر و گردے کا درم، مستورات میں رحم و بیڑ کا درم وغیرہ میں) بے حد مفید ہے۔

مستورات میں مینے کی خرابی، خض کا دیر۔ نہ آنا نیز پرانا نزل، کھانسی وغیرہ میں بھی مفید ہے۔

حب سوزش ملین ہونے کی وجہ سے قبض، ردور کر کے پیٹ کی گیس، اچھارہ، ڈکاروں کی کثرت سے بھی راحت دلاتی ہے۔ بلڈ پریشر کے وہ مریض حوزلے کے ساتھ قبض کے بھی شکار ہیں ان کے لئے یہ دوا نفع خاص ہے۔

**طریقہ استعمال :** دو۔ دو گولی دن میں تین مرتبہ تازہ پانی سے یا حسب حالت مرض کم یا زیادہ۔  
**خصوصی احتیاط :** اس دوا کو بلغمی امراض مثلاً زکام، سردی، نمونیہ و جوڑوں کے درد وغیرہ میں استعمال نہ کریں۔

**اجزاء :** (نی گولی) : سونف 100mg، ریوند چینی 100mg، زیرہ سفید 100mg، گاڈز باں 100mg، مابھی 50mg، ہلدی 50mg، گوند بول 50mg، تخم گاجر 50mg۔

## 10. یوروہرب (پاؤڈر صابری)

یوروہرب، الاچھی خورد و صندل سفید وغیرہ کا ایسا مرکب ہے جو گردہ، مثانہ، پیشاب کی ٹٹی کا نیا و پرانا درم، سوزاک وغیرہ میں بے حد مفید ہے۔ وہ مریض جو سب طرح کے علاج سے مایوس ہو چکے ہوں اور انٹی بائیوٹکس

دوا میں کھانا گر تھک چکے ہوں پورے ہر ب ان میں بھی پہلے ہی دن اثر دکھائی ہے اور کچھ دن مسلسل استعمال کرنے سے بیماری جز سے ختم ہو جاتی ہے۔

**طریقہ استعمال:** 1-2 گرام دن میں دو سے تین مرتبہ یا حسب حالت مرض۔

**خصوصی احتیاط:** یہ دوا ہضموں کی مزاج والوں کے لئے مفید ہے، بلغمی مزاج یعنی سردی کی حالت میں استعمال نہ کرائیں۔

اجزاء: (فی گرام) مکھو 100mg، کاسنی 100mg، تخم خربوہ 100mg، تخم گاجر 100mg، سندل سفید 100mg، سندل سرخ 50mg، قلمی شورہ 50mg، تخم نیم 50mg، گل سرخ 50mg، الہجی ثورہ 50mg، الہجی کلاں 50mg، خار خشک خورد 50mg، گل نیلوفر 50mg، رینوند چینی 50mg، برگ تیل 50mg۔

## صابری 11. ٹائم (پاؤڈر)

خاص دیکھی جڑی بوٹیوں سے بناناٹم (پاؤڈر) صابری یونانی شفا خانہ کی ایسی حیرت انگیز دوا ہے جو مادہ منویہ کو گڑھا کر کے قدرتی امساک (زکاوٹ) پیدا کرتا ہے۔

☆ ٹائم (پاؤڈر) ہر قسم کے نشہ آور و ہر طبعی اجزاء سے پاک ہے۔

☆ ٹائم (پاؤڈر) گردہ، جگر کی بڑھی ہوئی گرمی کو فوراً دور کر کے پیشاب کو صاف کرتا ہے۔

☆ ٹائم (پاؤڈر) امساک کے ساتھ ساتھ جریان و احتلام کی بھی بے مثال دوا ہے، ہر طرح کے علاج سے مایوس ہو چکے مریضوں کے لئے خاص قدرتی تھد ہے۔

**طریقہ استعمال:** 5-5 گرام یا ایک چائے کا چمچ صبح و شام دودھ کے ساتھ کھائیں۔

**خصوصی ہدایت:** شوگر کے مریضوں کو یہ دوا (ٹائم پاؤڈر) نہ کھائیں۔ یہ دوا گرم مزاج والوں کے لئے ہے۔ سرد مزاج یعنی نزلہ، زکام، بخار، کھانسی وغیرہ کی حالت میں ٹائم (پاؤڈر) نہ کھائیں۔ سردی کے کسی مرض میں مبتلا مریض پہلے سردی کی بیماری کا علاج کرائیں اس کے بعد یہ دوا کھائیں۔ اگر قبض ہو تو پانچ گرام اسٹونل کی بھجی دودھ کے ساتھ صبح میں یا صبح و شام دونوں وقت کھائیں۔

اجزاء: (فی گرام) موصلی سفید 100mg، موصلی سیاہ 100mg، ثعلب مصری 100mg، شعب



پنچہ 100mg، گھٹا ڈھ 100mg، ریشہ برگہ 100mg، سپیس اسپنل 100mg، آکٹو 100mg، ناگوری 75mg، تخم کونج 50mg، بچ بند 50mg، کشید مر جان 25mg، لھانڈ دلی 100mg

## صابری 12. اکسیر نزلہ (صفاوی)

یہ دوا صفاوی نزلہ کے مریضوں کو جسے خشک کھانسی، حلق میں جلن اور خراش و جھک والی کھانسی، غیہ و پرانی پیچیدہ دھاریوں میں تیزی سے فائدہ کرتی ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گراموں میں تین یا چار مرتبہ سادہ پانی سے یا حسب حالت مرض صابری زیادہ۔

**خصوصی احتیاط:** یہ دوا باقی مزاج (یعنی سردی کی بیماریوں جیسے نزلہ، زکام، بخار، جمودی وغیرہ) میں ہرگز استعمال نہ کریں۔

**اجزاء:** (فی گرام) ملہنی 20mg، سپتاں 20mg، نوشادر 10mg، فیکری 10mg، جواں دلی 10mg، گندک آملہ سار 10mg، برگہ 20mg، گل گدڑیاں 10mg

## صابری 13. حب مقوی اعصاب (گولیاں)

یہ دوا کھانسی، نزلہ، ناک بہنا، جھنجھکیں آنا، جمودی، پیشاب زیادہ ہونا، سفید بلغم خارج ہونا، نوسل، سردی لگنا،

باقی دہ نہ تمام باقی امراض میں جاو کی طرح اثر کرنے والی ہے۔ پہلی ہی خوراک سے مریض کو راحت ملتی ہے۔

**افعال و خواص:** خون میں سردی کے اثر سے ہونے والے تمام درووں جیسے کمر درد، جوڑوں کا درد، مرق النساء، ضعف باہ وغیرہ میں فوراً فائدہ کرتی ہے۔ حب مقوی اعصاب صرف درووں کو ہی دور نہیں کرتی بلکہ مردوں میں ضعف باہ کی بھی بہت خاص دوا ہے، حب مقوی اعصاب کے ساتھ اگر شیر شانی گولیاں بھی استعمال کریں تو ضعف باہ کے بوڑھے مریض بھی اپنے آپ کو جوان محسوس کرنے لگتے ہیں۔

**طریقہ استعمال:** ایک۔ ایک گولی صبح و شام کھانے کے بعد، فائدہ محسوس ہونے پر صرف ایک مرتبہ ہی کافی ہے۔ طبیعت ٹھیک ہونے پر بند کر دیں۔

**خصوصی ہدایت:** یہ دوا گرم خشک مزاج والے مریضوں جیسے پیٹ و پیشاب کی جلن، پیشاب کا

میں، یہ دوا بھی استعمال کی جاتی ہے۔

**اجزاء:** (فی گولی) قرقر 30mg، دارچینی 30mg، چاندنی 20mg، لہسن 20mg،  
 15mg، گرم پانی 30mg، گلوٹن 30mg، اسٹروکس 20mg

### صابری

## 14. تریاق نزلہ بلغمی (گولیاں)

یہ دوا کھانسی، نزلہ، ناک بہنا، جھکھکیں آنا، نمونیا، پھیپھڑوں کا زخم، سانس کی تیز رفتاری،  
 دماغی اور ذہنی امراض میں چاروں کی طرح اثر کرنے والی ہے۔ کھانسی میں خود آگ سے مراد اس وقت کی ہے۔  
**طریقہ استعمال:** ایک - ایک گولی صبح و شام کھانے کے بعد۔

**خصوصی ہدایت:** اگر قبض ہو تو اس دوا کے ساتھ صابری جو کھانسی شفا خانہ کی تیار کردہ ویت اینڈ  
 چین آفٹ 2-2 گولیاں دن میں ایک سے تین مرتبہ کھلائیں۔ جلد ہی فائدہ لگے گا۔ جب مثلاً اس کا  
 خلاف بھی آج آج اس دوا میں تین بار کھلائیں۔

**اجزاء:** (فی گولی) قرقر 30mg، دارچینی 30mg، چاندنی 20mg، لہسن 20mg،  
 30mg، گلوٹن 30mg، اسٹروکس 20mg

### صابری

## 15. شیر شاہی (گولیاں)

جوانوں کی ہمدرد یوزھوں کی دوست

یہ دوا میں طاقت کی دواؤں کی بھرمار ہے لیکن دواؤں اور دواؤں کے مزاج کی مکمل معلومات نہ ہونے کی وجہ  
 سے آٹھ مہینے پہلے دواؤں سے بھی فائدہ لگے۔ بھائے نقصان ہوتا ہے۔ صابری جو کھانسی شفا خانہ نے برسوں کے  
 تجربات کے بعد مزاج پر مبنی مردانہ طاقت کی یہ خاص دوا (شیر شاہی گولیاں) تیار کی ہے۔

**افعال و خواص:** شیر شاہی گولیاں سب طرح کی جنسی و جسمانی کمزوری کو دور کر کے بدن میں نئی  
 طاقت و جھکت پیدا کرتی ہیں۔ کمزوری سے پیدا ہونے والے بدن درد و ضعف باہ و غیرہ میں امید سے بھی زیادہ  
 فائدہ مند ہیں۔ شیر شاہی (گولیاں) جوانوں کی ہمدرد یوزھوں کی دوست ہیں۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گولی صبح و شام کھانے کے ساتھ کھلائیں۔

**خصوصی احتیاط:** یہ دوا صغراوی اور سوداوی مزاج والے مریضوں کو نہ دیں۔

**اجزاء:** (فی گولی) قرنفل گلدار 30mg، چانگل 30mg، جادری 30mg، ریگمائی 30mg، سلاجیت 35mg، لاجونی 30mg، کشتہ بیضہ مرغ 10mg، کشتہ فولاد (شت پوتی) 03mg، کشتہ ابھرک (شت پوتی) 03mg، کشتہ شگرف (جواہری شیر برگد والا) 03mg، زعفران 02mg

### صابری

## 16. فیت اینڈ پین آؤٹ (گولیاں)

ورزش کی کمی اور زیادہ چکنائی و مسالے دار کھانوں کی وجہ سے موٹاپا، بدن کا بھاری ہونا اور ٹوند نکل جانے کی مصیبت تیزی سے بڑھ رہی ہے۔ انگریزی، مزہرلی دواؤں کا کثرت سے استعمال موٹاپے کا اہم سبب ہے۔ صابری یونانی شفا خانہ کے لمبے تجربات کے بعد موٹاپے سے نجات پانے کے لئے خالص دسی جڑی بوٹیوں سے فیت اینڈ پین آؤٹ گولیاں تیار کی گئیں ہیں یہ دوا جگر کی اصلاح کر کے چربی کو چھٹا کر بذریعہ پاخانہ جسم سے باہر نکالتی ہے۔ نیز یہ دوا، کمزور، جوڑوں کا درد، قبض، عرق النساء، گھٹیا بائے اور زکام و نزلی کی بھی حیرت انگیز دوا ہے۔

**طریقہ استعمال:** 2-2 گولی صبح، دوپہر اور رات سوتے وقت گرم پانی سے دیں اگر قبض ہو تو تین تین یا چار چار گولی دے سکتے ہیں، دست ہونے پر کم کر دیں یا تھوڑے دن کے لئے بند کر دیں۔

**خصوصی احتیاط:** پیٹ کی جلن، پیشاب کی جلن وغیرہ یعنی جسم میں گرمی کی زیادتی ہونے کی حالت میں پہلے گرمی و جلن کا علاج کریں بعد میں فیت اینڈ پین آؤٹ گولیاں استعمال گرائیں۔ گرمی و جلن کے لئے صابری یونانی شفا خانہ کا تریاق اصغر کھلائیں۔

**اجزاء:** (فی گولی) صبر (الیوا) 60mg، سوزنجان شیریں 30mg، دارچینی 30mg، برگ سداب (Ext.) 30mg، بال چھڑ (Ext.) 40mg، زیرہ سیاہ 30mg، جادری 30mg، افیمون (Ext.) 50mg

### صابری

## 17. نیورو ہارٹ (سٹوف)

NEURO HEART (POWDER)

صابری نیورو ہارٹ (سٹوف) خالص دسی جڑی بوٹیوں کا ایسا مرکب ہے جو سیدھا دل و دماغ

(Nervous System) کو طاقت پہنچا کر سب طرح کی کمزوری جیسے ہلڈ پریشم کا کم ہونا دل کا ڈوبنا اور ضعف، ہارونیرہ میں فوراً فائدہ کرتا ہے۔

**خاص:** (1) صابری نیورو ہارٹ ہنسی مزاج والے مریضوں کی خاص دوا ہے۔ جسم میں زخم و درطوبت کی زیادتی سے پیدا ہونے والے تقریباً سبھی امراض میں فائدہ مند ہے جیسے نزلہ زکام، قے، دست، بدن درو وغیرہ۔ (2) صابری نیورو ہارٹ بچوں کے الٹی، دست اور سردی زکام کی بھی نہایت کامیاب دوا ہے۔ (3) صابری نیورو ہارٹ جسم میں قوت مدافعت (بیماریوں سے لڑنے کی طاقت) کو بڑھا کر جلدی جلدی بیمار ہونے سے بچاتا ہے۔

**ہدایت خاص:** صابری نیورو ہارٹ سوداوی و صغریٰ مزاج والے مریضوں یعنی سردی خشکی، گرمی خشکی کی علامات جیسے معدہ و پیشاب کی جلن وغیرہ میں معالج کے مشورہ کے بغیر استعمال نہ کریں۔

**طریقہ استعمال:** آدھا سے ایک گرام تک دن میں 2-3 مرتبہ تازہ یا نیم گرم پانی کے ساتھ۔

**غذا:** گوشت کا شوربہ، انڈا، کرپلہ، پیاز، لہسن، چٹا اور ارہر کی دال وغیرہ۔ پھلوں میں کھجور، سیب اور چمکو وغیرہ کا استعمال کریں۔

**پروہیز:** چاول، دہی، اچار اور سب طرح کی ٹھنڈی باوی اشیاء۔

**اہم نقطہ:** اگر کوئی مریض کسی صدمہ کی وجہ سے ایک دم بیہوش ہو جائے، نبض کمزور ہو، دل ڈوب رہا ہو اور ہلڈ پریشم بہت کم ہو تو صابری نیورو ہارٹ سفوف کو تھوڑا گرم یا تازہ پانی میں گھول کر ایک یا دو چمچ دوسے پانچ منٹ کے وقفہ سے پلائیں۔ انشاء اللہ ڈوبتا ہوا دل فوراً سنبھل جائیگا اور بہت جلد مریض ہوش میں آجائیگا۔

**اجزاء:** (نی گرام) دارچینی، 100mg، عقرقرہ، 100mg، کیسر، 100mg، جدوار، 100mg، غود صلیب، 100mg، لوگ، 100mg، سنبل الطیب، 100mg، خولجان، 100mg، بول، 100mg

## صابری 18. ہینر گارڈ (لوشن)

بالوں میں اکثر ڈینڈرف (خشکی) کی شکایت عام ہے۔ اسکے لئے صابری یونانی شفا خانہ نے ہینر گارڈ لوشن (Hair guard lotion) تیار کیا ہے۔ ہفتہ میں دو۔ تین مرتبہ نہانے سے ایک۔ دو گھنٹہ پہلے سر میں لگائیں اسکے بعد جگہ گرم پانی سے دھوئیں۔ سر میں کسی قسم کا تیل نہ لگائیں جب ڈینڈرف بالکل ختم ہو جائے

**بال خورہ و سر کے ایگزیمہ کے لئے :** جہاں تک بال خورہ کا اثر ہے صابری میجر گارڈ لوشن دن میں کئی مرتبہ مالش کریں اور پورے سر کے بالوں پر روزانہ کم از کم ایک مرتبہ مالش کر کے نیم گرم پانی اور نیم کے صابون سے دھوئیں۔

**ناخونوں کے لئے :** کبھی کبھی ناخونوں میں فنگل انفیکشن (FUNGAL-INFECTION) ہو جانے کی وجہ سے ناخون کالے ہو جاتے ہیں۔ ایسی حالت میں صابری میجر گارڈ لوشن ناخونوں کے اندر پچکاری (SYRINGE) سے پہنچائیں امید ہے کہ پہلے روز ہی فائدہ محسوس ہوگا لیکن دواء کا استعمال اس وقت تک جاری رکھنا ہوگا جب تک ناخون سے سیاہ وحبہ ختم ہو کر صاف ناخون نہ آجائے۔

**اجزاء:** (نی ۱۰۰ ملی لیٹر) برگ سنا، 2gm، برگ حنا، 2gm، کوٹھ تن، 2gm، کوٹھ شیریں، 2gm، کلونچی، 2gm، میتھی، 2gm، باؤ بڑنگ، 2gm، برگ نیم، 2gm، برہمی، 2gm، بکائن، 2gm، تخم پنواڑ، 2gm، برگ آک، 2gm، بلیون، 2gm، میٹھ، 2gm، مال کنگنی، 2gm، سرکہ جامن، 1ml، سرکہ نار، 1ml (sPreservative)، پانی حسب ضرورت۔

## صابری

### 19. حسن بے مثال

(ہربل بیوٹی پاؤڈر)

**افعال و خواص اور طریقہ استعمال:** صفحہ نمبر ۳۳ ”خواص و صورت کیسے بنیں“ پر ملاحظہ فرمائیں۔

**اجزاء:** (نی گرام) بادام، 5mg، اخروٹ، 5mg، گلاب، 5mg، برگ سناکی، 5mg، برگ حنا، 5mg، بلدی، 5mg، خشکاش، 5mg، نر کچور، 5mg، چندن سرخ، 5mg، چندن سفید، 5mg، الائچی خورد، 5mg، مسور، 5mg، سنگترہ، 5mg، ناگر موتھا، 5mg، روغن گلاب، 5ml، روغن الائچی، 5ml، گل ملانی، 20mg.



## صابری

### 20. اکسیر نزلہ (بلفی)

**افعال و خواص:** سردی سے ہونے والی تقریباً سبھی بیماریاں جیسے: کھانسی، نزلہ، بخار، نمونیہ و سردی سے پیدا ہونے والے الٹی دست وغیرہ کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** آدھا یا ایک گرام سفوف دن میں تین سے چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** میتھی، کلوئی، تخم پیاز، کاکڑ استیجی، جائفل، جاوتری، لوگ، دارچینی (ہموزن)

## صابری

### 21. تریاق ہیضہ

**افعال و خواص:** ہیضہ و پانی کی طرح ہونے والے الٹی دست اور سردی کی سبھی بیماریوں کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گولی دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** فلفل احمر، قرفل، تیز پات، رائی، دارچینی، جائفل، جاوتری (ہموزن)

## صابری

### 22. اکسیر سنگرہنی

**افعال و خواص:** بلفی دستوں کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گرام دن میں تین مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** تیز پات، دارچینی، جائفل، جاوتری، قرفل گدار (ہموزن)

## صابری

### 23. سفوف سماق

**افعال و خواص:** بلفی مزاج کی پچپش، مروڑ و شٹھن کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گرام دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** سماق، اٹار دانہ شیریں، پوست بیرون پستہ، بھئی دانہ (ہموزن)

## صابری

### 24. حب سعال (صغراوی)

**افعال و خواص:** گرم خشک کھانسی کی خاص دوا۔

### صابری

#### 20. اکسیر نزلہ (ہلنی)

**افعال و خواص:** سردی سے ہونے والی تقریباً سبھی بیماریاں جیسے: کھانسی، نزلہ، بخار، نمونیہ و سردی سے پیدا ہونے والے الٹی دست وغیرہ کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** آدھا یا ایک گرام سفوف دن میں تین سے چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** میتھی، کلونجی، تخم پیاز، کاکڑائیگی، جاکفل، جاوتری، لونگ، دارچینی (ہموزن)

### صابری

#### 21. تریاق ہیضہ

**افعال و خواص:** ہیضہ و پانی کی طرح ہونے والے الٹی دست اور سردی کی سبھی بیماریوں کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گولی دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** فلفل احمر، قرفل، تیز پات، رائی، دارچینی، جاکفل، جاوتری (ہموزن)

### صابری

#### 22. اکسیر سنگرہنی

**افعال و خواص:** ہلنی دستوں کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گرام دن میں تین مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** تیز پات، دارچینی، جاکفل، جاوتری، قرفل گلدار (ہموزن)

### صابری

#### 23. سفوف سماق

**افعال و خواص:** ہلنی مزاج کی پیش، مروڑ و آٹھن کی خاص دوا۔  
**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گرام دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔  
**اجزاء:** سماق، انار دانہ شیریں، پوست بیرون پستہ، بکری دانہ (ہموزن)

### صابری

#### 24. حب سعال (صغراوی)

**افعال و خواص:** گرم خشک کھانسی کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** ایک یا دو گولی دن میں تین سے چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔

**اجزاء:** یہی دانہ، ست ملہٹھی، گوند بول، شکر تیغال، نوشادر ٹھیکری (ہموزن)

### صابری

#### 25. اکسیر نزلہ (سوداوی)

**افعال و خواص:** خشک کھانسی و دم کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** آدھا یا ایک گرام سفوف دن میں تین مرتبہ شہد کے نیم گرم یا سادہ پانی کے ساتھ۔

**اجزاء:** برگ اڑوسہ، بادیان، گل ہفتہ، گل گاؤز باں (ہموزن)

### صابری

#### 26. سودا لیکس

**افعال و خواص:** سوداوی قبض کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** دو گولی رات کو سوتے وقت یا دن میں تین مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔

**اجزاء:** (ٹی گولی) اجوائن 10gm، تیز پات 10gm، رائی 10gm، حب الملوک 3gm

### صابری

#### 27. تریاق احتلام

**افعال و خواص:** خون میں بڑھی ہوئی حدت کو کم کر کے زکات و حس کو اعتدال پر لاتی ہے اور احتلام کی کثرت کو روکتی ہے۔

**طریقہ استعمال:** ایک یا دو گولی دن میں تین سے چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔

**اجزاء:** ثعلب مصری، مغز تخم ترہندی، تخم کوچ، شیورگد، تخم خرفہ سیاہ، تخم بھنڈی، مغز خشخاش سفید، گوند بول (ہموزن)

### صابری

#### 28. سفوف خبازی

**افعال و خواص:** صفراوی مزاج کی پچش اور پیٹ میں آٹھن (جس کے ساتھ نزلہ بھی ہو) کی خاص دوا۔

**طریقہ استعمال:** ایک سے دو گرام دن میں تین یا چار مرتبہ تازہ پانی کے ساتھ۔

**اجزاء:** خبازی، مرد پھلی، ختمی، یہی دانہ، گوند کیکر، سپتال، زیرہ سفید (ہموزن)

